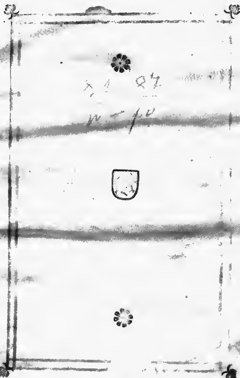
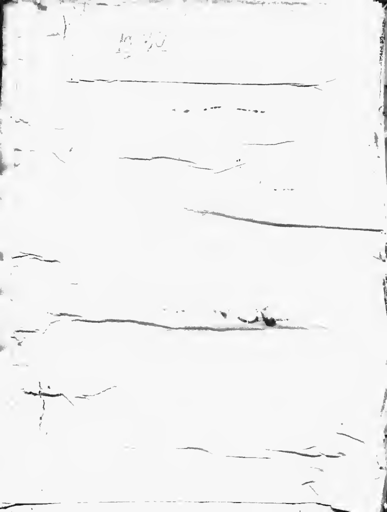




~~4 ...~~

~~A. n 11~~

~~R. N° 2~~

R n° 3

HIERONYMI MERCVRIALIS

DE ARTE GYMNASTICA Libri Sex,

IN QVIBVS EXERCITATIONVM OMNIVM vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid denique ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Tertia editione correctiores, & auctiores facti.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.

VENETIIS, M D LXXXVII.
Apud Iuntas.

MAXIMILIANO II.

IMPERATORI INVICTISSIMO.

HIERONYMVS MERCVRIALIS

perpetuam Felicitatem D.

I quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE *Inuictissime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea vero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi vindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, vt ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum videantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-*

gium scientiae, ceterarumque, sine quibus vita haec nostra fere vitalis non esset, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria velit repetere: sed ne Imperatori sapientissimo, quae omnibus passim nota sunt, recensendo sim molestus, unum medicae artis omnium utilissimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla esset, aut certe eum, quem hoc tempore praesefert splendorem, & elegantiam non haberet, nisi Principum benignitas, sine qua omnis plerumque languescit industria, summis viris illius auctoribus affulsisset. Etenim quantum a primis illis temporibus quasi nascenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, posterioribus vero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Constantinus, Iustinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta testantur. verumtamen ut alia omittam in praesentia, non exigui momenti putandum id est, quod magnificentissima, atque amplissima Gymnasia exstruxerint, inque ijs artem Gymnasticam instituentes, ipsius magistros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi sanitatem conferentibus instruentes ad bene, beateque viuendum viam communirent. Haec enim ars illa est, ob quam olim Persarum reges, Lacedaemonij, Athenienses, Romani ita in bellis gerendis valuerunt, ut saepe non maxima manu incredibiles hostium vi-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, vt ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse verisimile est, vt ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper vberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte vtilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; vnde fit vt vetus illud militare robur, & veram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse veteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum ta-

men non est, sapientissime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu possit vindicari, ac iterum in hominum adspectum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi prouinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id vnum scio, rem sicut maximae vtilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent, aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obseruaueram, in vnum veluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, vt ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me caussa impulit, vt, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRI FARNESII *Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in vulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum visitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex vetustis monumentis iconibus repraesentatis*

tis

tis ita exornauerim, ut non verear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, ut, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti ullus est patronus quaerendus, neminem te potiorem esse constet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas est, in pristinum splendorem, in veterem dignitatem & possis, & velis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali F A R N E S I O, *cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantissimum, ac indefessum laudum tuarum praedicatorem semper esse sensi, gratissimam rem facturum me existimaui, si hoc opus in ipsius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua soles incomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me*

ys,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus videri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Patauij, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio sicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios disiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad superas sedes, crebi reuocauit ab umbris;
Et membris lactos, oculisq. infudit honores:
Queis solitum lumen sumpserunt membra iuuentae:
Confisus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farnesij aspirantis heri collegit in vnum
Gymnada: qua quondam se se exercere relicto
Carcere maiores, populo spectante, solebant.
Haec pars ad ludos spectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis se ostentat in armis,
Fortis vt euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes seruent, morboq. vacantes
Mortales, dum vita manet, docet insuper haec pars,
Ordine quo possint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. senectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu dispersa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc distincta labore,
Et multo studio, tamquam noua sidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς [γ]
σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧδέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν' ἀμυδρά περ ἔμπας·
τέχνης γυμναστικῆς νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίῃ Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ.
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνει,
ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶνδε σοφῶν Ἱερώνυμε ψυχῶν ὄπιστι
Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
Lumen ad aetherium semianimes reuocans,
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
Fama tripertito nominis orbe volat.
Nunc autem noua fama alia increbrescit, vt artes
Exstinctas veterum gymnasiumq. nouat.
Macte animo, vir magne, ergo tu cetera membra,
Ore exercebis, sed tua laus hominum.

Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiensis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Ausonius
Bardesanes
D. Basilius
Caius Iulius Caesar
Cassianus
Cassius Iatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Iosephus
Isidorus
Iulius Capitolinus
Iulius Firmicus
Iulius Pollux
Iustinus Martyr
Iuuenalis

Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Mar. Aure. Caßiodorus.
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Petronius arbiter
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Empiricus
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius. Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS. GYMNASTICAE
LIBER. PRIMVS

De Principijs Medicinae.
Cap. I.

VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas,& opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cõsuetudinem penitus igno
B rarũt, (id quod primis illis saeculis extitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usque ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥους dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia extitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregri nae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos
C coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaque fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus,& Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret, posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice exornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit: sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac totam

3. de Republi.

In lib. qui medicus inscribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae cõseruat. nam ualetudinis partem fere circa sana duntaxat corpora satagẽtem addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atque artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis
Lib 29. cap. 1. morbis versantem clinicem vocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atque Plinius credidisse videntur, mihi plane compertum non E
est: nisi quod fuit mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus vsque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, verum etiã in Italia perdurauit: vti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & vsque ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπὶ ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐ. ὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, veniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuã, et poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευρίτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ μετ' οἴνου

A οἴνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρόν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ εὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχαρίσατο. id est:

Lvcio affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, veniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι Ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

Sangvinem reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ Ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμούς, καὶ ἀνέ-
C βλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id est:

Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, veniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus vteretur supra oculos: & vidit, & venit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec ita essent, verisimile fit, solam remediorum co-

 gnitio-

gustionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regulis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, q plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaque uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucque quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namque pueros, & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sicuti uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, nec nō elephātiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, vt Scribonius, Largus, qui Claudij Imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam composuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas expirauit, ut nobilissimi medici neq. genus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam internodia

Margin notes: Epist. 96. 8. Sympos. prob. ix. — Cap. 171. Lib. 2. cap. 62. In proh. — Lib. 5. cap. 3. — 6. de locis affect.

Section letters in right margin: D, E, F

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulantem multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequebantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues vniuersas regiones vexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medi- Libro 1 de abstinétia ab animalibus.

B cinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτικὴ, siue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem susceperunt: quemadmodum etiam usque ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo

C ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam exsistere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primo ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaque medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore versari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

„ ΤΗ͂Ν ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχά- D
„ νειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ προφοι-
In Epistol. graecis uariorum. τηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμε-
τέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορ-
„ θοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς
„ ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν,
„ τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοι-
„ ποῖς χρόνοις διάγειν. id est:

Medicinae scientiam hominibus salutiferam esse, patens eius usus attestatur, & ideo hanc e caelo delapsam philosophi merito praedicant, siquidem cum naturae nostrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corriguntur. Itaque nos secundum iustitiae rationem superioribus regibus consona obseruari praecipientes, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus ministerijs immunes uiuere.

De conseruatiuae partibus, & quid tractandum. Cap. 11.

CVM igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, altera conseruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Postrema haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem istae, quamuis ultimo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipsae tantum multorum hominum additamentis splendorem acquisiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conseruatiuae adserta sunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praestare uisa est. Ea porro, quae ad hanc partem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quattuor nominibus compreheonduntur. quorum siogula uarias ac multiplices res sub se complectuntur. tot namq. praesidijs bonam ualetudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicioae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa vero sunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remediorum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt sudoribus, stercoribus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continentur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salsugine, mari, oleo, & huiuscemodi

A usccmodi constituuntur. Agenda uero exercitationibus, studijs, uigilijs, somno, venere, ira, cura, lotionibus, ceterisque eiusdem generis comprehenduntur, unde nulla res est, nullumue auxilium, quod ad sanitatem defendendam conducat, quin sub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conseruatoriam artem quantitate, qualitate, & occasione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copiose satis tractatum est: de gymnasijs autem siue exercitationibus, a quibus ars gymnastica apud veteres ualde celebris constituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quam paucissima, & fortuito, confuseq. tradita reperiuntur, ideo de his, deq. gymnastica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forsan ab alio numquam absolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobilissimam conseruatoriae facultatis partem esse scriptum reliquit: omnesq. fere testantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad custodiendam praesentem sanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuersam conseruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonstraturi sumus, ubi haec omnia distincte simul, atque copiose, prout res ipsa postulabit, in hisce libris declarabimus. Primo, quid sit gymnastica ipsa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius species: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: postremo, quid sit illa qualitas, quantitas, & occasio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conseruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab unoC quoque exercitationum genere gymnasticae studiosis expectanda sint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri spero, quòd in huiusmodi tractatione desiderari posit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis studiosos amplexuros esse auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto ante cellere uidetur, quanto medicamenta ipsa ab exercitationibus superantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratissimi medicinae scriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa soluere, tum per sudoris meatus eijcere posse; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praestare, quanto satius est nullo corporis nostri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquida, & solidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis associantur: exercitationes uero tantum abest ut aliquid tale sequatur, ut potius firmitas

2. de tu ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D & ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac *εὐαπάθεια* comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum

viii. Symp. prob. 4.

auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari. Neque etiam inconsulto

Lib. vii. de Cyri Paedia.

fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tanti exercitationes, laboresque corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse. ac cibum, quas illud humanis corporibus

In Anacharsi.

praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaque reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. Cap. III.

QVATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & F proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contraria esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione, siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc, est gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in loco animad- In lib. ad Thras.

B uertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationum qualitates omnes, & earum caussas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius existit, perindeac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easque, prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis homi-

C nibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: idest: Paedotribae hoc edocent praeuaricari secundum leges, iniuriã facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio persungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribi- In primo de dieta.

cam

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem conten- D
dit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum vna gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis esset gymnastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptũ reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις, μιᾶς ἐστὶ θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο E
τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ' ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ' ἕξεως, μήτ' ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte existunt, unius est considerare, quid cuique conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hãc potentiam praeparare. Quibus verbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pa- F
cto, quo a Galeno: tum etiam gymnasticam a paedotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, earumq. uarietates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conseruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent: differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum
demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus
declarandis quomodo in vnaquaque gymnastica locum habue-
rint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se
discrepant, caussaq. talis differétiae nulla alia exsistit praeter finem
singularum, quo sine omnes facultates distingui scripsit Aristote-
les: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opi-
nabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam fa-
cturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & respub. &
Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demul-
si in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum
honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, sem- Lib.xvj.
per assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in cap.4.
B proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patri-
busq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes lu-
dos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis
quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panui-
ni Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse om-
nium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam
tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui postet athleta
aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi:
quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae
uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij
gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae
(de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum
qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud
C agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus
postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque ha-
rum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores
seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, re- Lib.1 de re
munerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, mil.ca.13.
pro frumento hordeum cogerentur accipere, necante eis in tri-
tico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribuno-
rum, vel principum experimentis datis ostendissent se omnes mili
tiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est
gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa
cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui
est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi.
Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus
tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque
omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde declarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent. D

De gymnasticae subiecto, & eius laudibus. cap. IV.

CVM iam gymnasticam, quid sit, satis (nisi fallor) explicuerimus: eamque ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atque proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quo non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout εὐεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel causam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse

censuerint,

A consuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem; quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidnam graue, aut dignum efficere ualet: profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atque otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemque tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui se infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse gloria-
B tus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, si maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercendis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerumetiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica, Cap. V.

QVAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principium
C habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto semina quaedam illius iacta fuisse, quasique primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoq. fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neq. cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione vindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci, nec quidnam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticam naturalem homini esse, & iccirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de tu. valet.

ſticae principia quaedam exſtitiſſet, facile illi intelligere potue- D
runt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum diſco, lucta, curſu, arcu, & alijs huiuſcemodi, quae poſt ad gymnaſticam facultatem tranſierunt, ſeſe exercuiſſe, ſicuti octauo, & uigeſimotertio Odyſſeae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum ſit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam aſſequi poſſumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Sympoſiacorum prob. 3. ſcriptis mandauit, ubi tradit, certamina prius ſimplicia fuiſſe, in quibus ſolummodo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his poſtea ad ſacrificia rem tranſlatam fuiſſe, quando Deo ſacra facturi, populumq. ad feſta accedentem oblectaturi certamina inſtituebant, quae a ſacrificijs demum ad gymnaſia paullatim fuiſſe introducta exiſtimo, quod primis illis temporibus, dum homi- E
nes temperatam uitam traducerent, perpetuaque ſanitate fruerentur, illud unum ſtudium habebant, ut ad bella peragenda, hoſtesq. ſuperandos aptiſsimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorſus inertia conſumerentur, ſeſe illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & ſpe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hoſtes dimicandum diſponerentur: & ob id Homerus ſecundo Iliados in hunc modum finxit.

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμῖνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέῃσιν ἱέντες
Τόξοισιθ':

id eſt: *Atgentes in lit reponti*
Ludebant diſcis, arcus, & iacula longe F
Mittentes:

Et vigeſimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λαὸν ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ' ἔφερ' ἄεθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ', ἡμιόνους τε, βοῶν τ' ἴφθιμα κάρηνα
Ἠ δὲ γυναῖκας εὐζώνους, πολιόν τε σίδηρον:

id eſt: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia ſplendida promens
Scilicet & tripodas, lebetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctis, & albi pondera ferri.

Tu

A Ex quibus & ſequentibus omnibus ſatis perſpicuum eſt, primis il-
lis ſaeculis exercitationum finem fuiſſe tum delectationem quan-
dam, & praemia conſequendi ſpem, tum ab bellorum, hoſtiumque
uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Poſt ea tempo-
ra cum Deorum cultus, & ſacrificiorum celebrationes excreſcere
coepiſſent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cō
currerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus inſtitutae
ſunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., &
ne exercitatores deſiderarentur, praemia, quae homines ad quid- In 3 parti. prob. 8.
uis audendum incitare ſolent, ſtatuebantur ipſis certaminibus op-
tatiora, atque praeſtantiora, ſicut innuit Ariſtoteles: in his exerci-
tationibus, quoniam homines praemiorū gratia dumtaxat certa-
bant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu-
B pati fuerūt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a La-
tinis Athletae, apud quos certamen ipſum ludi nomen obtinuit,
quod non ſolum io Deorum feſtis, uerumetiam in Amphiteatris,
& ante amphiteatra inſtituta in foro, in priuatis locis ad populum
oblectandum huiuſcemodi certamina peragebantur, ſicuti quo-
que & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Piſis, ſiue in Elide, &
Nemea apud Cleonas: Iſthmia in Iſthmo ipſo, Pythia Delphis apud
eos talia fuerūt, quales apud Romanos ludi Capitolini, ſaeculares,
& alij huiuſcemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam
uictoribus magni honores conſtituebantur, uti non modo in con-
uentu ſtantes cum palma & corona laudes ferrent: ſed etiam (utor
Vitruuij oratione) cum reuerterentur in ſuas ciuitates cum uicto-
ria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,
C aereq. pub. perpetua uota conſtitutis uectigalibus fruerentur: at de
his cum non ſit nobis loquendum, ad rem noſtram reuertamur.
Dum itaque uita hominum parca fuit, hi ſoli exercitationum fines
exiſtere: uerum enim uero creſcente luxu, multisque a longa uale-
tudine detentis tandem ad reparandam ſanitatem, & imbecillita-
tem curandam, bonumque habitum comparandum exercitatio-
nes inſtitui coeptae ſunt, quod fuit paullo ante Hippocratis aeta-
tem, quando Herodicus ille (ut ſcribit Plato) gymnaſticam, quae Tertio de repub.
prius in ſacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus
ſolum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit:
quod mea ſententia nil aliud fuit, niſi certamina illa & exercitatio-
nes, quae ſolum pro coronis & praemijs ac militari diſciplina aſſe-
quendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in
uſu erant, ad ſanitatis conſeruandae, & boni habitus acquirendi

finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atq. etiā D posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mitiū in modū corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addētes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdā praeceptis, ac terminis concluserunt, atq. ita artem totā pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τῦ γυμνάζεσθαι, i. ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quā ob habitum corporis bonū obtinendum sanitatemq. conseruādam exerceri, hoc autē primos omniū effecisse Hippocratē, Dioclē, Praxagorā, Erasistratum testatus est Galenus 48. cap. lib. ad Thrasybulum. Quamobrē ex his clarū factum arbitror quomodo ars gymnastica principiū, incrementa, & statum, necnon quo tēpore susceperit. Siquidē primū in bello Troiano dum milites Graeci in arenā ex nauibus descēdentes (unde post emanasse prouerbiū In arenam E descendere opinor) inter se certantes ad bellū exercebantur tūc apparere coepit, artisq. agonisticae, & gymnasticae nomen etiā accepit. Postea ad sacrificia & hominū uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiā athleticae appellationē cōsecuta est, & apud Galenū uitiosa gymnastica nominata fuit. Demū ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omniū sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis cōclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora

„ fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor

„ dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neq. in-

„ dustrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hasta, pila, cursu,

„ armis, equo. Verū enim vero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solū in usu uiguit, quamdiu rura colentes Ro F mani & cultura foecundissimos agros habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores extiterunt: sed postquā cresente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorū urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idē Varro conquestus sit suo tēpore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omniū max ma & speciosissima fuerāt: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiā destructa fuerūt, & simul cū ipsis ars non paruam iacturā passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea aetate Romae aestumatos pasim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum omnes

In secundo de re rusti. in prooe.

Lib. 3 sym pto. 6.

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentem lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti vsus gratia inuectis fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad excitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde allucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime vsos, nulla firma ratione probat. Li. 14 cap. 22.

De Gymnasiis Antiquorum. *Cap. VI.*

GYmnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum B facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex verbis Galeni in secundo de tu. val. scriptis manifesto comprobatur, vbi narrat gymnasium fuisse publicum in separata vrbis regione locum exstructum, in quo vngebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerũt, quoniam exercitatores ibi, vt plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima vox etiam denudari significare videtur, vnde Martialis libro tertio.

Gimnasium, Thermae, Stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce videre viros.

Et Bardesenes apud Eusebium lib. vj. de praeparat. Euang. cap. viij. Graecos ait non potuisse vlla vi syderum prohiberi, quin in C gymnasijs nudis exercerentur corporibus. Quamuis etiam quandoque sub nomine gymnasij omnem locum, vbi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea haec vox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum videre licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, vbi de Herode ita loquitur. Namq. apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem publicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras porticus cõdidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, vel raras admodum, vel nullas extitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis nõ fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si

In Anach. Dialogo. credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui D in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, vbi hos versus habet.

Argiuas generatus inter vrbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae,
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo vero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua E ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribit, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum vrbe tria extitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum

In Anach. fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: siquidem apud Graecos tanto odio, tantaque infamia viles, ac spurij notabantur, vt qui vere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in F vita Herodis Attici. Dixi in vrbe Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra vrbem essent, erant tamen haud longe aedificata, vt quae proxima essent vrbi, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse

4. Epist. fami. epist. 12. scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae vero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in vestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, vbi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, vel festa aliqua celebrabantur, vt in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasiũ habuisse

Craneum

A Craneum vocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras vocata in vrbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum, ruinis, quae ad hanc vsque diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij. In libro de antiqs nominibus.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae vsum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymna-
B sij partem, in qua lauabantur, vbi propnigeum, laconicum, & caldalauatio sitae erant, vt ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis versibus nuper citatis clare perspicitur. Gymnasium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam vnicuique persuasum esse, quantum in errore versatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi vsus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis varia hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia, in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, vt absque vllo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corpo-
C rum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re versatus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (vt semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij verbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, viri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita vt non verear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis

 probata

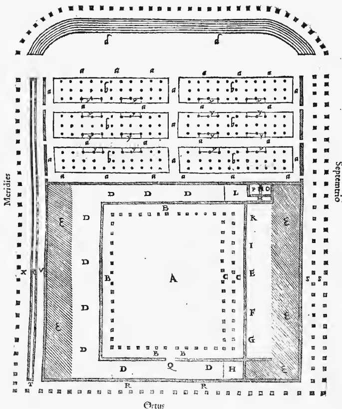
probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae D ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atque manifesta futura sit. Immo vero, si Octauius ipse reuiuisceret, nō dubitarem, vt erat homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet.

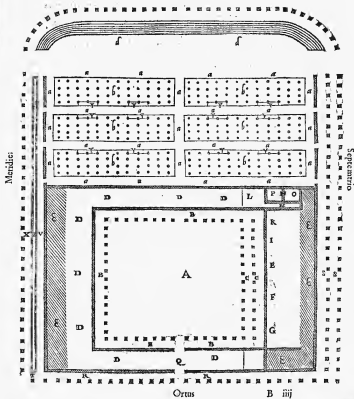
De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.

Nunc mihi videtur, (tametsi non sint Italicae E consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate, & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, vti duorum stadiorum habeant ambulationis circuitionem, quod Graeci vocant δίαυλον. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaque quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. vti cum tempestates ventosae sunt, non possit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquique qui studijs delectantur, sedentes disputare possint. In duplici autem porticu collocentur F haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in versura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν vocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in versura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in versuris ex parte laconicum ad eundem modum (vt supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici calidam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, vna ex peristylio exeuntibus, duae dextra, atque sinistra

A finistra stadiatae, Ex quibus vna, quae spectauerit ad Septemtrionem, perficiatur duplex amplissima latitudine, altera simplex ita facta, vt in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti semitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini sint in descensu sesqui pedali a marginibus ad planitiem, quae planities sit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui uestiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis se exercentihus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς vocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis stadijs exercentur. Proxime autem xystum, &
B duplicem porticum designentur hypaethrae ambulationes, quas Graeci παραδρομίδας, nostri xysta appellant, in quas per hiemem ex xysto sereno coelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xysta sic uidentur, ut sint inter duas porticus siluae, aut platanones, & in his perficiantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere signino stationes. Post xystum autem stadium ita figuratum, ut possint hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare. Quae in moenibus necessaria videbantur esse ut apte disponantur perscripsi.

Figura palaestrae cum peristylio quadrato




Occasus
Meridies
Septemtrio
Ortus
A
B
D
E
K
I
F
G
L
P
N
O
M
Q
R
S
X
Y
V
a
b
d

A Peristylium in palaestra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum stadiorum. D

B Tres porticus simplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuersa, quae duplex est.

D Exedrae in tribus porticibus spatiosae, in quibus philosophi, rhetores disputabant.

E Ephoebeum, idest exedra tertia parte longior quam lata.

F Coriceum a parte dextera.

G Conisterium.

H Frigida lauatio in versura porticus.

I Elaeothesium ad sinistram ephoebei.

K Fridarium.

L Iter in propnigeum in versura porticus. E

M Propnigeum.

N Concamerata sudatio introrsus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex vna parte P laconicum
Ex altera O calidam lauationem

Q Exitus e peristylio

R Porticus extra palaestram prima exeuntibus.

S Porticus secunda spectans ad septemtrionem duplex amplissima latitudine, & stadiata.

T Porticus tertia simplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini sint in descensu sesquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xystum, & duplicem porticum, quae a Latinis xysta, a Graecis παραδρομίδες uocabantur.

β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere signino.

δ Stadium ita figuratum ut possent hominum copiae cum laxamento athletas certantes spectare.

ε Loca de quibus etsi non meminerit Vitruuius, fuisse tamen in palaestrae necesse est ut lignarium, aquarium, uasarium, latrinae ministrorum cellae, & similia.

De

A *De varijs hominum generibus, quae in gymnasia conueniebant. Cap. VII.*

Tanta, adeoque varia hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, vt, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his verbis apud Nonium: Ita vti soliti Romae eramus in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reliquique, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his versibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: 10. meth. Epist. 57. B

Sed vos saeuas imponite leges, Saty 7.
Vt praeceptori verborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam vngues, digitosq. suos, vt forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdam philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirentur, ex varijs Galeni libris cognoscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκουστήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia a vero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, vt ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs vocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum. 13. Meth. In lib. de libris proprijs C

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM

M. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui vt exercitationũ obserua tiones, atq; modos addiscerẽt, ad gymnasia accedebãt, vbi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebãt exercitationes, edocebãtur; Adolescẽtes liberos palaestrã ediscere solitos fuisse facile cõuincitur ex illis Par-

In Eunucho.

menonis apud Terentiũ verbis, quibus ille Chereã sub forma Eunuchi Thaidi offerẽs ait, Fac periculũ in litteris, fac in palaestra, in ,, musicis, q̃ liberũ scire aequũ est adolescentẽ, sollertẽ dabo. id qđ cla ,, rius infra demõstrabo. Tertiũ genus erãt Athletae qui ibi se exercebãt, vt in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populũ delectare, necnõ victoria ac praemijs potiri. & qđ hoc fuerit, p̃ter Vitruuij auctoritatẽ Suetonius clarissime demonstrat dũ refert E Neronẽ quandoq. gymnasiũ ingredi solitũ, vt certãtes athletas spectaret. Quartũ genus erant oẽs illi siue nobiles, siue ignobiles, q vel militaris disciplinae, & fortitudinis, vel tuẽdae sanitatis, & honi habitus cõparandi gratia varijs exercitationũ geoeribus incũbebant, de prioribus est locus apud Cassiodorũ lib. v. epist. 23. male a Pamelio in adnot. ad Tertulliani lib. de spect. intellectu, vbi ita scribit. Ostẽt iuuenes nostra in bellis, qđ in gymnasio didicere virtutis. In

In 1. de artic.

posterioribus vero Galenũ nostrũ numerare possumus, cũ scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxationẽ summi humeri in palaestra. Quinctũ genus erat eorũ, qui fricabãtur, licet. n. frictiones fierẽt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoque sine vlla exercitatione seorsum ab alijs, vt de

2. de tu. val.

Vespasiano tradit Suetonius, solũ fricabãtur, quod intelligi põt ex F Galeno frictionẽ ad exercitationes praeparatoriã a reliquis distinguẽte. Sextũ genus erãt, q lauabãtur, atq. hi erãt tũ nobiles, tũ ignobiliores. Hoc tamen intererat, qđ diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cõmunibus habebãt, vbi soli diuersis tẽporibus lauabãtur, multi erãt q etiã solia vel lignea, vel argẽtea (qđ recitat Plinius) secũ ferrẽt, ne pedes nudos collocarẽt vbi vilissimi quiq. ponebãt, quãuis etiã referant nonnulli Hadrianum Imperatorẽ lauari solitũ, vbi plebs lauabatur quod & Titũ Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui vero duntaxat vngerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quoniã uel exercitationum vel balnearũ gratia vngebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasia conueniebant, qui nõ ob aliud, nisi ad videndos exerci-

atores

A citatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebant. Quo in loco id etiã animaduertendũ cẽseo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detenti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundã uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarẽtur, quemadmodũ uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanã maiestatẽ illud dedecuisse videtur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludẽdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuũt, publice versarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauãdis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarẽtur tã ignobiles & mediocri loco natae, quã illustriores, cũ de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendũ cutis candorẽ quingentas asinas Lib. 2. cap. 41.
B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit.

aut pinguia Poppaeana. Saty. 6.

Spirat &

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbãdi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, Primo de alim. fac.
praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage virginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella viros,*
Cum pila veloces fallit per brachia iactus,
Increpat & versi clauis adunca trochi,
Pulverulentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro vulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de Hoc Spartanorũ more quisquam mirari debet, quando & Plato in quinto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores vna cum viris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine cõsequendam, vt Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinãdi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX. D

Itrvvivm qui Augusti Caesaris aetate floruit, solũ
palaestras graecas tradidisse ex ipsius verbis cõstat, quã-
do nondũ Romani Imperatores suas exstruere coepe-
rant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ
gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter verisimile sit Ro-
manos (vt solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura
suis addidisse, quae vel Graecos latuerant, vel parũ ab illis aestima-
ta fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explica-
turus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã,
sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Au
ctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare vide-
tur in Graecis, atq. Romanis palaestris extitisse: quãquã Vitruuij E
auctoritatem nunquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παρα-
δοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Au-
gusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit,
quãdo scilicet in vrbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebã
tur, quod etiã a nullo fere posteriore auctore nominatus inuenia-
tur, praeterquã in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus
minime Plinianus, vel saltem adulteratus putatur, magnã certe ip-
sius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymna
siorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae,
in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. di-
sciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exerceban
tur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere pos-
sumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã F
philosophũ audire malũt) quod in eos dicebantur, qui in eodẽ gym
nasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audien
tes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpe-
bant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui
disciplinarum studijs operã nauabant, versatos esse rationi consen-
taneum est: quod essent illae veluti scholae quaedã vbi possent fa-
cillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatẽ, vel fortitu
dinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. extat enim Lam-
pridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo
palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis
dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medi
corum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, quo mihi verisimile
apparet eos conuenire, atq. de praemijs, & exercẽdi genere pactio-

A nes facere solitos, qui simul exerceri, ac certare volebant: quamquam sciam Philandrum eius opinionis fuisse, quod in Ephebaeo puberes exercerentur. qua in re ipsum ualde melius sensisse existimo, quam Gulielmum Choulum, qui in suo de antiquorũ exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes studendi gratia sedisse scriptis mandauit. Vtrũ uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum sextũ annũ pueros commercium ullum habere uetabãt, hoc uerũ fuerit affirmare nõ auderem. Neq. itẽ negare possumus, Galeni tempore, pueros exerceri in palaestra consueuisse, cũ is cuiusdã aegritudinis, quam Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaestra acquisiuerat, mentionem faciat: & praeterea in secũdo de tu. ual. sic scribat: *οὕτω δὲ καὶ ὅστις ἀναρριχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες*. i. Sic autem, & quicunq. per funẽ scandit quemadmodum B pueros in palaestra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaestris exerceri solitos fuisse satis constaret, etiãsi id quoque Plautus in Bacchidibus apertissime testatus nõ esset, ubi Lydus Pistocleri paedadogus patrũ erga filios sui temporis indulgentiã taxãs de anteacti temporis moribus ita loquitur. Lib. de pe. ad Posth. ,,

Nego tibi annis viginti fuisse primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus
Ante solem exorientem nisi in palaestram veneras
Gymnasii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arcessebatur malum
Et discipulus, & magister perhibebantur improbi.
Ibi cursu, luctando, hasta disco pugilatu, pila
C *Saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauiis.*

Vnde mihi cõijciendũ uidetur pueris summo mane palaestrã adeundi praeceptũ fuisse, ut uirorũ, qui tũc non aderant, cõmercium uitarent, atq. etiam litterarum studijs incumbendi otium superesset. etenim non defuisse qui pueros nudos uidere, & nefandum eorum amorem sibi conciliare ex palaestris studerent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert sententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũque agere uolebant, inseruiebat, alias a Graecis *ἀποδυτήριον*, & a Galeno *γυμναστήριον* uocatus. Nisi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum significat palaestras ab ipso descriptas absq. hac parte omniũ maxime necessaria extitisse dicendum esset, quã non solũ in publicis gymnasijs, uerũ etiã in priuatis asfuisse credo, si quidem Plinius Caecilius in descriptionibus uillae Lib. 2. & 5. Epist.

suae

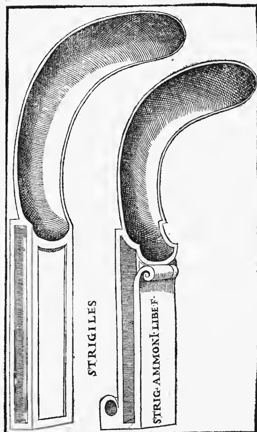
suae Laurẽtinae ac Tuſcorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde D
illorũ ſentẽtias probare nequeo, q Coryceũ in Vitruuij textu legẽ
dũ putarũt a cory co pilae ſpecie, quaſi ibi ludus talis agereẽ aut cou
riceũ pro tonſtrina, aut coriceũ tãquã in eo puellae, & virgines κο-
ρεῖαι a Graecis uocatae exercerenẽ. Quarta pars erat eleotheſiũ a Iu-
Li. 2. epiſt lio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ atq. in
iſto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungeban-
tur, redungebãturq.. Sed, quoniã opportunitas rei poſtu'are vide-
tur, ut de hoc gymnaſtico ungẽdi munere uerba faciã, neq. Metro
dori Scepſij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, i. de vngendi ratione citatus ab
Athenaeo liber hodie extat, quattuor ego dicã: primũ, quãdo, & q
ungerentur: ſecũdũ, quae eſſet unctionis materia: tertiũ, cuius fi-
nis gratia ungerẽtur: quartũ, quo modo, & a quibus unctio admini
ſtraretur. Illi qui uel loturi uel ſeſe exercitaturi in gymnaſiũ uenie- E
bãt, maiori ex parte ſpoliabãtur in apodyterio: poſtea horũ nõnul-
li, & praeſertim qui uel luctã, uel pãcratiũ inire intendebãt, (nã pu
gilatores, curſores, ac alij multi unctione nõ egebant) alipteriũ in-
gredientes ungebãtur, atq. itã uncti ad locũ, vbi erat puluis, de quo
loquar inferius, trãſeuntes puluere cõſpergebantur, ſicq. deinceps
in exercitationes diuerſas diuerſi prodibãt: poſtquã u roſeſe, quã-
tum libuerat, exercuiſſent, iterũ ad unctuariũ reuertentes ibi a Me
diaſtinis, & Reunctoribus ſtrigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Pergamus has miſit curuo diſtinguere ferro,
Non tam ſaepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qui deterſione oleum, puluis, & ſudor, quae de
radebantur, ſimul mixta in uſum medicum adſeruabãtur, & ab At-
Lib 1 c. 3. ticis κονίσαλος, ab alijs vero πάτος uocabatur, ut ex Dioſcoride, Pli F
Lib 34 c 8. nio, Galeno, & Aetio facillime confirmari poteſt: tametſi Auicen-
Li. de ſim. na libro ſecundo faciat mẽtionem etiam ſudoris ſicci athletarum,
me. 81. & 4. quem puto fuiſſe illum, cui neque oleum, neque puluis inerat. &
de tu. ua. quamuis Galeni aetate ſtrigiles adhiberentur ad balnei uſum, ni-
Libro 5. & hilominus balneorum ſtrigiles plerumque ſpongiae erant, uel li-
10 de ſim. nei, neque communiter ſemper adminiſtrabantur, ſed quiſq. pro-
med. & prium ſecum gerebat, & praeſertim quicumque communia cum
lib. 2. c. 17. alijs inſtrumenta habere fugiebat, ut inſinuat Perſius Sat. v.

I puer, & ſtrigiles Criſpini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel
aerei, quibus ſtrigmenta, & ſordes exercitatorum a corporibus ra-
debantur. Aerei ſtrigiles erãt, quorum p ctura hic ponitur, quinc
olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti ſunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Deterſi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis,aut delicia D
rum gratia ungebantur,& nonnunquam inuncti balnea ingredie-
bantur, ſed poſt egreſsi denuo ungebantur modo ſimplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapaſmate ad coercendos
li.21.c.19. ſudores,ut ſcribit Plinius,adeo quod uaria erant ungendi tẽpora,
interdũ poſt balnea, quod Homeri tẽporibus obſeruatũ legimus,
ut in 3. Odyſ. Αὐτὰρ ἐπεὶ λοῦσέν τε ⁊ ἔχρισε λίπ' ἐλαίῳ, i. Poſtquã
lauit,& pingui oleo unxit. & lib.4. iterumq. 17. τοὺς δ' ἐπεὶ δμ. αὶ
λοῦσαν, ⁊ χρῖσαν ἐλαίῳ, i. Hos autem poſt quam ſamulae lauerũt,
& unxerunt oleo: interdum quoque ante, ſicuti refert Galenus
vj. de ualetudine conſeruanda. De Archimede quaedã apud Sto-
baeum ſcitu digna leguntur: eum ſ. abaco incumbentem, & figu-
ras quaſdam ducentem a famulis ui abſtractũ ungi ſolitum fuiſſe,
atq. ipſum in corpore ita uncto figuras mathematicas ſaepe deſi- E
gnare conſueuiſſe. Materia unctionis pro exercitandis uaria fuit.
Ariſtotelis tẽpore,& oleo ſimplici,& aqua mixto ungebãtur: Is n.
quinta problematũ particula ſcripſit, iccirco aquã oleo admixtã,
quando exercitatis adhibetur, magis laſsitudinẽ tollere, quã oleũ
ſimplex, quoniã ita interius penetrans exſiccata mẽbra humectat
addo etiã ex Hippocrate 11. de diaeta minime huiuſmodi unctio-
Lib.15.c.4. nes permittere, vt corpora plus iuxto incaleſcãt auctor eſt Plinius
Graecos uitiorũ omniũ genitores oleũ primos in gymnaſia inue-
xiſſe, de quo dicebat Anacharſis Scytha eſſe inſaniae pharmacum,
quoniã eo perũcti athletae inſanirent. Butyrũ quoq. apud nõnul
las barbaras nationes, quibus deerat fortaſſe oleũ, interdũ pro un
li.11.c.14. gẽdis exercitãdorũ corporibus in uſu fuiſſe teſtatũ reliquit Plinius,
& li.28.c.9. & poſt ipſum Galenus: fuit & aliud mixturae genus poſterius inuẽ F
3.de alimẽ. tum ex oleo, puluere & cera cõmixtũ, quo ungebãtur: atq. illud ce
fac.c.15. roma a Plinio vocatũ inuenio, quo iuuẽtutẽ Romanã corpora exer
cendo uires animorũ amiſiſſe dicit: ſicut & apud Martialẽ libro 4.

Seu lentum ceroma teris & libro V.
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & lib. VII.
Et caſtigatum Lydiae ceroma palaeſtrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnaſijs condiri odoribus, ſed ui-
liſsimis conſueuiſſe. Quae omnia de unctionibus ante exercitatio
nes adhibitis intelligi debent: cũ poſt exercitationes, & poſt balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae ſoli laſciuiae atque libidini inſeruie
bant. atq. haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã-
do ſcripſit, Solonem uetaſſe ſeruis unctiones ſiccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, nō item mulierū coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demū praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa abauctoribus tradita inuenio. Hippocrates in 3. de diaeta memoriae mādauit terrarū puluerem oleo admisceri solitū, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. volumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi cō sueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent, quam sententiam secutus est quoq. Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

Auxilium membris calidas infundit arenas.

B Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, nē tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimū vsum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerēt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἀφή uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Diorcus apud Pausaniam, ἀκονιτὶ nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenatem scribens. lib. 1. epist. 1.

Quis circum pagos, & circum compita pugnax.
C *Magna coronari contemnat olympia, cui spes,*
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeū, uirū sane doctissimū, q̄ in suis ad Pandectas adnotationibus hoc nō uiderit, malueritq. ἀκονιτί, i. ἀνδῦ ἀγῶνος, seu sine certamine dictū esse. Alij sunt, q̄ credāt oleo exercitatores unctos ad arcēda frigora, & leuādas lassitudines. Galenus sensit oleū tam ad exoluendā praeteritā lassitudinē, & futurā mitigandā, quam ad praeparandū ad motus cōduxisse. quibus cerā additā cum Galeno opinor, quo oleū alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebātur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquā etiā aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis unguētis, aut sicci diapasmatis ad cōprimendū immoderatū sudorē, 6. de tu. va. c. vlt.

li. 23. c. 2. & li. 21. c. 19. lib. 1. ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis. D

Quid quod olet grauius mixtum diapasmate virus.

Ceterũ quo modo ungerentur, nil certo definitũ inuenio: est tamẽ ualde probabile, nõnullos, cũ prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterũ ab altero uicissim unctum, qđ Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiã a seruis gymnasticis, atq. reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorẽ unctionis penetrationẽ fricantes tandẽ uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant. &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidũ, alias calidũ, alias frigidum linimentũ applicabant: atq. haec omnia ut plurimũ in Alipterio fiebãt: qui nitro & aphronitro sese fricabant, ut meminit Cyprianus Epist. 7. lib. 4. ac Martialis lib. 14. existimo illud eos agere solitos, ut sordes a corpore melius eluerent, atq. exsiccarent, quantum. n. abstergere possit aphronitrum nemo ignorat. Prope quod erat Conisterium, Polluci κονίστρα uocatum, quinta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris, E

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

li. 35. c. 15. & Aegyptius, quẽ Romã in hunc usum aduehi solitũ refert Suetonius in Nerone, quemadmodũ & Patrobiũ Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenã tenuissimam non multũ a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandẽq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cũ reliquis militaribus cõmercijs portatã. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnã describens loquitur, F

Inque vicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἀφὴν namque tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus, Cap. IX.

HACTENVS quinq. Gymnasij partes, quae etiã in palaestra graecorũ a Vitruuio descriptae inueniũtur, Philosophorũ exedras, Ephebaeũ, Apoduterium, unctuariũ, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodẽ praetermissas, & ab alijs indicatas, partim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaq. sexta pars locus quidã palaestra uocatus,

A catus, ubi (dicebat Lydus ille Plautius) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quã scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatũ, appensionẽ manibus ad funes exercitationem qua stabant pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigebát qua pódera manibus attollebant, & ita persistebant, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneum, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q. F. pri- In Bacchidibus. 2. de tu. ua let. ca. 9.
B ma, & 2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos,

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partẽ, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit 6. collec. c. 14. De Berecithim. li. 1. ca. 36. li. 5. de sim. med. lib 1. de legibus.

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasijs?
Miser ah miser. & Afranius scribens. lib. de claris Orat. lib nat. histo. 27. c. 4.
Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest, Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

C Quod autem a Palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmẽta quãdoque a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarũ interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra.* necnon Plato in Charmide pro Taurei palaestra locũ significauit quo uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum, ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratiũ non cur- Prob. 4.

 sus,

sus, non pugilatus agerentur. queadmodũ & Galenus quandoque D palaestram nuncupauit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis studentes exercerentur quo pacto accipiendũ reor apud Hipp. quũ in principio primi Epid. narrat tubercula ijs esse oborta, qui in palaestra, & gymnasijs exercebantur. Forsan autẽ dubitauit ali- 2. de tu. ual. cap. 9. quis an in palaestra hac puluis stratus esset, quoniã Galenus ipsam a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν „ τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι „ καθ᾽ ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς „ ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα- „ λαίστρας δεῖται. i. Sed & haec absq. palaestra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incũbentes, uel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita respõsum uolo, E etiã in palaestra fuisse stratũ puluerem, sed humilem, ac modicũ, ita ut duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterũ extra palaestrã: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroq. usus erat, tum ut certantes firmius cõtenderent, neq. pedibus laberentur: tum etiã ut qui in terrã deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illo pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebát, atq. inde robur maius comparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc. n. lib. 11. de usu partiũ. & li. de causis procatartic. 5. alto puluere locutum puto Galenũ, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasiũ se contulisse: quod ex ijs F esset, qui illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoq. dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cuncta pilae exercitia, quae plurima exstitisse infra demonstrabimus, frequentius, lib. 2. c. 4. quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceũ a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo nõ ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendis Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristiriũ una cum alijs exstructũ fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Pliniũ, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq. sphaeristirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

cir-

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarũ loco confirmari poteſt, ubi haec Vulpiani verba leguntur: Cũ Aurelius Quinctus hoſpiti ſuo medico mandaſſe diceretur ut in hortis eius quos Rauẽnae habebat, in quos omnibus annis ſecedere ſolebat, ſphaeriſteriũ & hypocauſta & quaedam ipſius ualetudini apta ſua impẽſa faceret. Vnde quoq. facile conijcitur in ſpaeriſterio nedum pilae ludos, uerũ etiã alias exercitationes fieri conſueuiſſe, quãdo & in ipſo Veſpaſianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Suetonius) ſibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, ſitae erant, ab omnibus aedificijs nudae, necnon tota periſtylij areã quae & ad ſubminiſtrandã porticibus, ac cellis lucẽ factae erant, & ad ſpatiandum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaeſtra, nec in alto puluere, nec in xyſtis alijsue locis fieri poſſent. Has locum conculcatũ paullo ante ex Ga

lib.2.epiſt. & 5. lib.17.c.16

B leno a nobis nominatum fuiſſe opinor ita uocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue ſtratae, ſed rudes & aequato tantũ ſolo forent. In his curſum factũ exiſtimo, atque ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diaulodromi formas, atque terminos ibi conſtitutos, tametſi apud Vitruuiũ nil aliud fuerit diaulos, quã peryſtiliorũ quadratorum circumitio duobus ſtadijs definita. In ipſis etiã ſaltus, & diſci exercitationes, quas palaeſtrae negauit Galenus (ut mea fert ſententia) interdũ habebantur. Nona pars erant xyſti, & xyſta, nam utraq. apud graecos & Latinos non parum diſcriminis obtinent, ſi quidem xyſtos hi uocãt porticus tectas ubi athletae per hiemẽ & aeſtate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xyſta autem ſubdiales ambulationes, ubi hieme tempeſtate leni e porticu prodeuntes, & aeſtate fere ſemper exercebantur, ac ambu-

C labant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas ſcribit Vitruuius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arboribus conſitae ad praeſtandũ amoenitatem, atq. illis, qui a ſole offendebantur, umbrã. de his loquebatur Plinius, dum platanos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuiſſe ſcribit: De ijſdem quoq. Plinius ſecundus ſermonem habuit quando in depingendis Tuſcis ac Laurentina uillis ſuis xyſtos toties decantat. Nec alium locum intellexit Iſchomacus apud Xenophontem, quando ambulationem in xyſto factam nominauit, ſicuti nec Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni ſententia ſalubriorem facit ambulationẽ in uijs, quam in curſibus ſub hiſce uerbis: Τῷ δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἑταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, i. Tuo autem, & meo

lib.12.

Loco citato.

In Oecon.

socio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe D quas minorē lassitudinem ijs, quae fiunt in cursibus, parere dicit. Id quod si Ficinus recte pensitasset, melius Platonis uerba in nostram linguam transtulisset, sed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis, tractabimus. Easdem ambulationes intellexit Iustinus martyr, cum in principio dialogi sui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξυστοῦ περιπάτοις, hoc est, ambulanti mihi in xysti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepisse uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputasse & in suis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum fecisse scribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xysta Graecorum.

De Balneis gymnasiorum, atque etiam de stadio. Cap. X. E

DECIMA gymnasiorū pars fuit Balneū, quā ob delicias, atq. sanitatem omnium maxime aestimatā fuisse certū est, quamue cunctis alijs maiorē, & pulchriorē extitisse opinor ego, tum quia (ut Galenus sua tēpora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tēpore Hippocratis, & antiquorum fere omnium usq. ad Asclepiadis & Pōpeij aetatem, non erat quando ut scribit Hippocrates, & Galenus nondum publica balnea, aut priuata accōmode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur: tum quia multis locis balnea indigebāt pro uarijs lauandorum cōmoditatibus, quae necessario spatium maius requirebant, & ob id columnis, ac superbissimis marmoribus exstruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri usi sint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua scriptum est a Seneca, quod quisq. pauper sibi uidebatur, ac sordidus, nisi parietes balneorum magnis ac pretiosis orbibus refulsissent, nisi Alexandrina marmora Numidicis crustis distincta fuissent, nisi illis undiq. operosa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, nisi uitro conderetur camera, nisi aquam argētea epistomia fudissent. Ne statuarum, & columnarum nihil sustinentium ornamentum sileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil nisi gēmas calcare vellent. Etrusci balneum a Martiale, & Statio elegantissime descriptū qui legitarit, non poterit maiorum in exstruendis balneis magnificentiam, atque luxum satis admirari: sed de his satis. Vt autem de gymnasiorū balneis paullo plenior habeatur cognitio, hacc in praesentia solū (quando iam Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primā horum cōmentariorum editionē uniuer-

[margin: 3. com. de uic. acut.]
[margin: Epist. 87. F]
[margin: lib. 6. lib. 1. Sil.]

A sam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quae usus, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarentur: materiã enim, qua lauabãtur, plerumq. aquam dulcẽ uel pluuia collectã, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatã omnes sciunt. & quãuis apud Galenum aliosq. saepenumero de medicatis balneorũ aquis mentio fiat, illis tamẽ aegroti, aut ualetudinarij utebantur, nõ gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinẽ in medium adducamus, qui dulcibus nõ contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneũ uniuersum cõstituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse B reperio, frigidam lauationẽ siue λουτρὸν, frigidarium, tepidarium, sudationẽ calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasariũ. Haec omnia loca cõcamerata & fornicũ modo fabricata fuisse cognoscere possũt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recẽseri, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniã, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exstrucre coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lauatio, siue λουτρὸν, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usu ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatẽ quando similis C lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequebantur siue ob ualetudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quem rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauisse scribit Lãpridius. De huius usu plura apud Oribasium ex Galeni sentẽtia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalũ numquã in piscinis se lauari passum esse nisi illae croco, alijsue pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatũ, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neq. enim ulla ibi aquae uasa reperiebantur, ut possent aestate plures conuenire. nõ defuerunt qui in hac parte piscinã pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus, positã fuisse crediderint. At mihi uerisimilius uidetur eam in frigida lauatione, ubi alia frigida aqua seruabatur, exstitisse, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri

lib. 3. epist. ad Q. Fra. epist. 1.

potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium communis pro exercitatoribus spoliandis locus non parũ distabat, adeo ut loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephebaeũ, frigidam lavationẽ, & reliqua loca transire necessum esset: tum qa probabile est in Ephebaeo homines saepius inueniri consuesse, a quibus loturos haud quaq. nudos cõspici honestũ erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quã ruri apodyteriũ quoq. fuisse balnei partem, quemadmodũ etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis tẽperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasteriũ temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidariũ ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerans quattuor statuit, calidarium, calidã lauationẽ, quam λουτρὸν uocat, frigidam lautionem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura, quã ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquã hic dubitare debet quũ Vitruuius unã partem, Galenus alia λουτρὸν uocent, quandoquidẽ non est rationi dissentaneũ, utrasq. eo nomine designatas esse, cũ in ambabus homines lauarentur. Illud etiã hoc in loco commemorandũ est, publicas baleneas hanc partem admodũ uastam, & cuiuis peruiã habuisse, ita ut uestimenta eorum qui lauabantur, facile surripi possent, ob quos lege cautũ fuit fures balneorũ grauius esse plectendos quemadmodũ praeceteris copiose docuit Aristoteles sec. xxix. prob. xiiij. quamquã & capsa, reos uocatos in eum conducere usum consueuisse balneatores atq. alios sciam ut uestimenta, lauãdorum a furibus conseruarent, quod intellexisse puto Iuuenalem eo uersu x. Saty.

Margin notes: 2. de re rust. in pro. 5. epist. lib. 3. de tu. uale. 10. col. c. 6.

Margin letters: D, E, F

Quem sequitur custos angustae vernula capsae

Et Ouidium lib. iij. de arte amandi.

Cum custode foris tunicam seruante puellae.
Certent furtiuos balnea multa iocos

Et Martialem lib. 12.

Lintea ferret apro vacuus cum vernula nuper
Et supra togulam lusca sederet anus

Frigidario adnexum tepidarium duobus hominũ generibus inseruiebat, tum illis, qui tẽpore aeris aut aquae, vel vtriusq. ob uoluptatẽ, siue ualetudinẽ frui uolebant, tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebãt; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursum a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam

laua-

A lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabātur, quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiēdum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisisset, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicū, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem esse coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicū coniuncta interdū fuisse saltem post Vitruuij tēpora opinamur, etsi is lib. lib. 3 epist. ad Q. F. ep. prima.

B v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullā aquam intra se continen, ad prouocandum sudorē potissimū instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec contra sui temporis mores scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianā excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus in clusus sudorē prouocabat, haud aliter, ac super Baias mytretis, ubi tēpore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoq. meminit in Epist. ubi ait. Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16. li. 3. ad Q. F. epist. 1. In pro. li. de re rustic. li. 1. ad Vallam.

sane myrteta relinqui
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
C *Sulphura*

Qui apud Vitruuiū Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicū uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis. lib. 5. c. 10.

Ritus si placeant tibi Laconum, Lib. 6.
Contentus potes arido vapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniam

quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus D
aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio
v. Epist. li. fieri cõsueuisse tradit Plinius, exercerét: fuisset namq. (ut est in pro
uerbio) camino oleũ addere, si exercitationes per se corpora ualde
calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uer
ba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij:

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem:

nam taxat quendã qđ in Laconici solio copiose exspuẽdo efficeret,
quo minus in ipso pedesambulantiũ firmari ualerent. Post Laconi
cum sequebatur cella calida labris aquae cõtinendae positis referta.
x. Metho. in qua qđ lauarẽtur, calidae lauationis a Vitruuio, & a Galeno λοῦ-
τρον nomen adepta est. hanc puto Archigenẽ apud Galenũ viij. de
cõposit. medicam. sec. loc. uocasse ζεςὸν. Erat nãq. primaria balnei
pars, & proinde nemine de ipsa quidquã est in cõtrouersia positũ. E
Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorũ construendis nullã tepidarij
mẽtionẽ faciat, cuius, dum priuatorũ balnea doceret, aperte memi-
nit, nõ sum admodũ certus. quoniã si illud sub cõcamerata sudatio-
ne intellexit, sequeretur etiã in tepidario sudari cõsueuisse, cũ tamẽ
in superiori capite sudationes & tepidariũ distinxerit; si sub calida la
uatione tepidariũ ab ipso cõprehensum fuisse placeat. quomodo er
go calidaria, atq. tepidaria in decimi capitis eiusdẽ libri initio tam-
quam diuersa fecit? Itaq. dicendũ est forte concameratã sudationẽ
& laconicum, & calidã lauationẽ cõplecti; tepidarium uero omis-
sum, quia Graecorũ palaestrae id non haberẽt. Quod porro scripsit
Pollux libro septimo, ἀλειπτήριον apud Alexim fuisse balneorum
partẽ, nullo modo probare ualeo: cum idẽ alias ipsum inter gymna
siorum partes adnumerauerit. nisi uelimus penes Antiquos βαλα- F
νεῖον significasse totum gymnasiũ ipsum. Atq. haec sufficiant de pu
blicorum in gymnasijs balneorũ partibus. Fuerunt & innumera
fere priuatorũ balnea, quae, & aliquibus ex praedictis partibus ca-
ruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi nõ est insti
tuti nostri uerba facere. Quae autẽ loca non essent intra balneas,
sed ipsis tantum inseruirent, primo hypocaustum cõtinebant, quod
secundũ Vitruuij descriptionẽ erat fornax seu caminata structura
subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in
qua ad calefaciendũ tum aquã, tum praedicta loca ignis succẽdeba-
tur, & ne exstingueretur a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis
a Papiniano uocatis frequenter cum pilis, & glomis pice illitis exci-
tabatur, de lignis autẽ in hunc usum adhibitis narrat Plutarchus x.
prob. lib. iij. sympos. aediles cauisse ne ignis balnearũ ex oleasuc-
cende-

A cenderetur neq. in eum conijceretur loliũ,qđ horũ nidores graue dinẽ capitis, & uertigines lauantibus inuehant praedictarum pilarum apud Vitruuium lib.v.cap.x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldariorum ita sternẽdum esse inelinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non posit intro resistere,sed rursus redire ad praefurnium,atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci. lib. 1. S'l.

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quã graui errore uersentur illi,qui Hypocaustũ,& Laconicũ idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca iij.nat.quaest.cap.xxiij.nec non epist. x c 1. tẽpestate sua B inuentos esse parietibus impressos tubos,per quos circum funderetur calor,qui ima simul,& summa foueret aequaliter:illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu expirante uaporem.

Horum autẽ tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae cõspiciuntur in Diocletian', atq. Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedã erat propnigeũ, quasi dixeris praefurniũ a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi,atq. caldario adC nexa,in qua aluens magnus aedificatus erat ad continendã aquã ex aquaeductibus,aut aliunde inuectam, atq. inde in frigidã lauationẽ,& calidã per fistulas corriuandã. Non lõge ab hoc situm fuit uasarium,ubi uasa cõseruabantur balneorũ seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat.de hoc ita tradidit Vitruuius:Ahenea uasa supra hypocaustum tria cõposita fuisse,unum calidarium, alterum tepidarium, tertiũ frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in caldarium,quãtum aquae calidae exiset,influeret, de frigidario in tepidarium ad eundẽ modũ. De aere balneorũ, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebãt. Quod Oribasiũ significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos ad octauam horam uersas cõstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset,utiq. a meridie lumen uero ita capiebatur, ut in medio lib.5.c.10. lib.9 coll. Cap. 10.

medio camerae foramē latū relinqueretur, sub quo labrū exstiuebatur: circa labrū erāt spatiosi quidā margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in qbus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circūspectātes recte stabant, nec suis umbris lucē, q̄ supernus capiebat, obscurare poterāt. De aeris porro intra balneū exsistētis statu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptū reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alex. in lauacro ēt febriēs, Galatarūq. mulieres pultis ollas in balnea ferētes una cū pueris lauarētur, & māducarent; at eorū tēpestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo q̄d de illis dicere licebat *Huc Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.* D

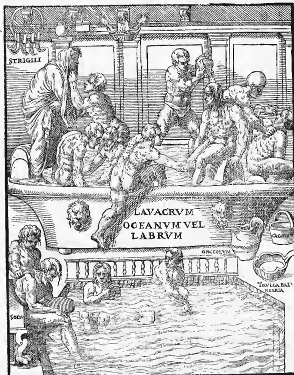
Epist. 87. lib. 8. sym. prob. 9.

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quinto.

Si temperari balneum cupis feruens E
Faustinae, quod vix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tēpore Galeni, qui paullo post Senecā, & Plutarchū floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquā fuerunt. Quinimmo etiā morē illū calidioribus utendi haudquaquā tunc omnibus cōmunem fuisse, sed aliquibus peculiarē, pro cōperto habeo: etsi Seneca testat apud ueteres hoc quoq. nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balneorū loca, quae populū recipiebant, exigēdiq. munditias, & utilē ac salubrē tēperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetudinē abijsse, ut balnea tunc similia incēdio forēt, narrat Plinius lib. 33. cap. 9. vt cōualescētes balnearū aestus tolerare possent salē linguae subditū praestitisse. Vasa quibus lauabātur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae nō mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calida lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nūcupabantur: adeoq. magna erāt, ut etiā in ipsis aliquo pacto natare cōcederetur: atq. horū uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarū ruinis cōspiciūtur: Quae mo ueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimū fierēt; attamē in publicis quoq., sed ob priuatorū forsan vsus, exstitisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratā, alia quadratā oblongā; alia rotundiusculā, alia oualē, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae super sunt. Hic autē unā dūtaxat formā damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rei ātiquarū monumentis cōmunicatam; quod eam & pulcherrimam, & pro multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus. F

Epist. 87.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
ORCEOLVM
TRVLLA BAL-
NEARIA

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
Lib.7. alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis man data leguntur, fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere tentarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.
Lib.9.

Non silice duro, structili, ve caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaque compage
Vt nauigare Tucca balneo possit.

Tongillum quemdam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Sat.9.

Exitus hic est
Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,
Qui solet, & vexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus extitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi non postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus: aut saltem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent apuluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atque inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gymnasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemadmodum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in statis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, & F
Libro 1. de re milit.

ab

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de caussa interijsse, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero efferentur. Summatim ob quattuor causas balnea in usu extitisse scribit Cle- In libro de tu ualet. Aetius li 6 cap. 10. Lib. 29. cap. 1.

B mens Alexandrinus. ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγίειας, ἢ τὸ τελδυταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωπογναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque fere post calidas balineas ea adhibebatur, quẽ usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Massiliensis, damnato calidorum balneorum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, atque in lacus aegros mergebat, qua de re extat Senecae adstipula- Lib. 3. pae. dag. c. 9.

C tio, sese phychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium (ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauationem conferre opinati sunt; haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepenumero a cena cum aegre in somnum delabor, propter aestum, in frigidam descendere consueui; & mirabile est quam iucundam noctem transigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis. Li. xxviij. cap. 4. li. x. colle. cap. 7. „ „

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis. Sat. 6.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari.

Queritur

Lib. 10. Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D
scribit, *Balnea post decimam lasso, centumque petuntur.*

Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs cōtingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cū ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabantur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & assiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

(3 de comp. med. s G.)

Lib. 7.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Vt sit comoedis omnibus una satis.
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitum uoci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, uerpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit. F

In fine. 2. ope. & die.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι.

ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recremētis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit quibus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem

faltem

A saltem loco etiam antiquitus lauisse comprobat, qui libro de analogia secundo tradit in balneo coniuncta fuisse aedificia bina, unum ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius verba apud Gellium ita leguntur: Pudor enim nõ patiebatur vtrũque sexum simul lauari, sed commoditas coniungi desiderabat. Nisi dicamus ista omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla, uel angustissima, & uilissima exstitere, sed de priuatis esse intelligenda: quemadmodum forsan Vitruuius intellexit, ubi utriusque sexus lauacra coniungenda monstrauit. uerum enim uero posterioribus saeculis mulieres promiscuis balneis usas esse, quamplurium probatissimorum auctorum testimonijs comprobari potest, inter quos primo sese offert Iuuenalis, qui dissolutos Romanarum feminarum mores carpens haec scribit. Lib.10.c.3. ,, Lib.5.c.10. Sat.6.

B

Grauis occursu, taeterrima uultu
Balnea nocte subit, conchas & castra moueri
Nocte iubet, magno gaudet sudare tumultu,
Cum lassata graui ceciderunt brachia massa
Callidus & cristae digitos impressit Aliptes,
Ac summum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem esse existimo, qui non uideat mulieres tempore Iuuenalis publicas balneas adiuisse, ibique & exercendo, & lauando sine pudore ullo se uiris immiscuisse. quod similiter eius tempestate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta cateruis Lib.11.
Balnea deuitat Blitara? &
Cum te lucerna balnea or exstincta lib.3.in Vetustinam.
C *Admittat inter bustuarias moechas.*

Clemens Alexandrinus, qui sub Antonino & Seuero floruit, in eo quem Paedagogum inscripsit commentario non modo feminas communes uiris balneas atq. publicas in usu habuisse testatur, sed omni pudore deposito externis quibusque libidinis gratia sese nudas in ipsis spectandas praebuisse. Quos mores postea detestans Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu scripta reliquit. Quid uero quae promiscuas balneas adeunt; quae oculis ad libidinem curiosis pudori ac pudicitiae dicata corpora prostituunt, quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, nonne ipsae illecebram uitijs praestant. Cui sententiae multa etiam simillima a D. Hieronymo in Epist. ad Laetam de filiae institutione fuere prodita, His itaque omnibus cuiuis perspectum esse potest, lib.3.c.5. ,, ,, ,, ,,

non pauco tempore eum morem &, Romae, & alibi perdurasse, ut D
feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã
non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Cassius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amisionis poena: quod postea in l. fin. titul, de repud. & in autentico de nuptijs prosancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarum dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae E
Augustae Neronis matris; necnon Olympiadis in Saburra, & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandum forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi pe-
Epist 87. nes ueteres, quemadmodum narrat Seneca fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant, tot nundinis solum lauabantur. Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a temporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant
Lib. de tre. rig. & spos. tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominum prius exercebatur, deinde balnea F
ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adno-
In libro de paruae pilae ludo. Lib. 4. tauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum inuenisse Martialem eo uersu uideri potest.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidissima Virgine, quam & tactu iucundis-
lib. 31. c. 3. simam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora
Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi Lib.5.

Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperum fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib.4.
Octauam poteris seruare, lauabimur una. Lib.11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminē nisi aegrum lauari uoluit, quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticū, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimam, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in littore, post horam octauā in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit, unctus est, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. sine timore, & iucūde ederat, biberatque, ut (quod erat medicorum praeceptum) uarijs generis potu, ciboq. repletus Lib.13.Ep. ultima.

C posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητικὴ a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτικὴ, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετικὴ, est illa ἀγωγὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem breui comparasset, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderunt, uiuere cognouerat, Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal. lib. 2. c. 6. 27. na. hist. cap. 3. 4. Flor.

eum frequentiorem reddidit. Vndecima, ac omnium postrema in D gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystū seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arena stadij prodirent, & si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri septo diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum descriptione mentio E non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atque has forsan Plinius intellexit Ep ist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorum gymnasijs.

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. Cap. XI. F

VONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosque supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; & si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, siquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum

fuisse

A fuisse scripsit Aristoteles, & exceptis Syracusanis, quos bis in die cibis impleri, quasi res noua esset, tradit Plato) satis ab Horatio, Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) comprobarum est: sed de his fusius & melius in uarijs lectionibus nostr's tractatum est. quod similiter fere omnes dum cenabant in stratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare ostendentes, doctissimus Philander in suis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum testimonijs clarum fecit, ut id amplius demonstrandi laborem mihi omnem dempserit. Ceterum unde nam hae duae consuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, siue ex antiquis, siue ex recentioribus ita apposite & diligenter declarauit, quin posteris dubitandi, & plura desiderandi occasionem reliquerit. Quod an ob 3. partic. Prob. 32. Epist. ad Dionem.

B rei obscuritatem, an ob neglectum euenerit, ignoro. Ego sane utrasque illas, & accubitus scilicet, & unius in die cenae consuetudines a balneorum usu manasse existimo. & primo ut ita de accubitu sententiam, pluribus, ijsque non spernendis coniecturis adducor; quarum prima est, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi sedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηστῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyss.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε θρόνους τε: id est,
At proci ingressi sunt, qui mox inde superbi
Ordine sederunt scamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiusq. socius a Menelao hospitio accepti post lotionen cenant sedentes.

C *ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον:* id est,
Thronis sedebant prope Atridem Menelaum,

sicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti crescente paullatim balneorum usu, una quoq. huiuscemodi accubitus incrementum, praesertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, quando 20. Etym.
scilicet uiri tantũ, & non mulieres, ut Vitruuius, Valerius Max. & .. dip. nos.
Isidorus ex Varione testari sunt, accũbebant, nec cum ipsis lauabantur, & si Tyrrhenos una cum mulieribus *ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ* accubuisse legatur apud Athenaeum. Nam & Aristotelis tempore Graecos discubuisse in publicis cenis credi potest ex eius in 7. Politic. scriptis, ubi puerorum institutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut iambos audirent, priusquam in commensationibus cum alijs discumbere (*κατακλίσεως* uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate usque ad Galeni,

atque etiam Constantini Imperatoris tẽpora, cum in frequẽtissimo D
usu balnea essent, non solum penes diuites, atq. nobiles, uerum etiã quoscunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes simul accumbebant, sicuti hisce uersibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi. *Ergo ubi contigerint positi tibi munera Bacchi,*
Atque erit in socij femina parte thori. &,
lib. 1 amorum. Eleg. 4. *Cum premet ille torum, vultu comes ipsa modesto*
Ibis, vt accumbas.

lib. 2. c. 2. & sicuti Valerius idẽ de aetate sua scribit. Quamquã apud Graecos numquã mulieres accubuisse iij. Verr. tradit Cicero, & apud Roma nos diuerso situ mulieres a uiris accũbentes cenasse rationi consentaneum est: nõ solum, quod honestatis, atq. dignitatis utriusq. ratio ita postulasse uidetur, sed qa in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cũ uiris accũbentes repraesentantur, illae certe figura qua E
dam ab ipsis aliquo pacto diuersa, quasiq. sedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accũbentes, & edentes cõspiciuntur. At quo pacto uiri accũberent, operae preciũ me facturũ auguror, si postquã locus

5. Sympt. Prob. 6. inuitat, breuiter explicuero. Viros.n. scribit Plutarchus, in principio cenae cubito siuistro innixos pectoribus (ita interpretor πλαγτεῖς) mensam, ut plurimũ tetigisse: quo sola dextera manu illã circumire possent, in fine uero se ipsos in latus ita, ut acutã corporis figurã, redderẽt, uertisse. οὐ κατ᾽ ἔπι πέδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἀπτομένους. i. non secundum latitudinẽ, sed longitudinẽ locũ tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, siue sit Aphrodisiensis, siue Trallianus, ut magis suspicor) libro problem. primo probl. 82. clariorem facit: ubi inter alias caussas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc esse unam putat, quod tunc F
ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος disponebantur: satiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebãt, capite erecto ac humeris, spina uero dorsi modice reflexa, ac reliquo corpore resupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uersus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

Nam plurima dixit
Saty 4. *In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat*
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad velaria raptos.

saturati pariter interdum unũ in latus, nõnumquã supra dorsum supini, saepe more sedentiũ sese cõponebant. Sertoriũ enim cũ molestas importunorũ cõuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinũ locasse, atq. inde facilius

A ciliusab iniquißimis,qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mẽsis apud ueteres hunc in modũ fieret, praeter allata scriptorũ testimonia locupletißimã fidẽ unicuiq. facere possunt duae,quas infra ponendas curauimus,picturae, quarũ alteram ad tripodẽ coenatium, ut plerumq. solebãt, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis cõmunicauit,alteram ex antiquißimo,& omnium rarißimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarũ litterarum, omniũq. pulcherrimarũ rerũ studiosißimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur,accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac nãq. postrema, nõ modo sententia nostra, de uera accubitus formã, quã primi forsan omniũ Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino,alijsq. grauißimis uiris, & postre-

B mo Patauij Ligorio,absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus,librórumq. auctoritatibus tutati sumus, apertißime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia perspicuo cognoscitur,immo uero Lambini,ac aliorum qui ex ingenijs accubitũ uarijs modis describere aggreßi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorũ obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarũ artiũ, & antiquitatis amatores in primis doctißimi uiri Io. Baptistae, qui lapidẽ cõparauit, Manibus, tum Paullo Rhamnusio filio,qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit,immortales gratias agere. Etenim ei qđ Plutarchus de loco cõsulari,nec nõ de tribus tricliniorũ lectis disseruit,iam non obscurũ est, quã mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani fi- 1. de symp. probl 3.

C gura. Similiter,& q ab Horatio de cõuiuarũ situ uarijs in locis narrantur,nõ aliunde melius intelligi possunt, pſertim quãdo scribit.

Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos Lib. 1.
E quibus vnus auet, quauis aspergere cunctos Sat. 4.
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locũ dum Lambinus exponeret, cur antiquos cõsueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror,quasi non sit cuiq perspectißimum,ut narrat Varro. leges extitisse quae numerum conuiuarum nouẽ excedere, nec pauciores tribus esse uetabant, sicut & adagium illud uulgatißimum, septem conuiuiũ,nouẽ conuiciũ,attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorẽ praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni cõuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus saeculis potius ternos,atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, &

nuptiales cenas excipiamus, in quas cum magna hominũ copia con D
5. Symp. 5. ueniret, ne quaquã accũbentiũ numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur, quo uel epulũ publicũ, uel nuptialẽ coenam repraesentari non est dubitandum, ut ob hoc Chaerephon apud Athenaeũ in vj. uideatur admittere conuiuas tri ginta dũtaxat in nuptijs, in quibus uerisimile est necessarium fuisse uocatorem illum cuius meminit Seneca lib. iij. de iv. cap. xxxvij. & qui secundum cuiusque dignitatem conuiuas ad loca debita uocabat. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponãtur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarũ testimonia cõuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostẽdunt, quẽque cunctos, ne ab ipso male tractarentur, uereritos esse, & a quo E mordẽdo abstinuisse uerisimile sit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenantis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarum rerũ ignari faciant, & quã Gaietanus Cardinalis inutiliter commentatus est facile conijcitur, etenim hebreos, ac Christum accumbendi Romanorum consuetudinem obseruasse praeter Architriclini accubitusq. nomen in Euã gelijs saepe usurpatum etiam id testari potest, quod uidi freqũeter Romae conuersarentur, similiterq. Romani in Iudea, ac in usu po situm sit ut populi principum mores frequenter aemolentur, neq. pariter, arduum est percipere quid Martialis significare hoc distycho uoluerit.

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas* F
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & ablata recipere facile erat, seruos namque ad pedes cenantium stare solitos ex multorum scriptis intelligere licet. Seneca lib. iij. de beneficijs. Seruus qui cenãti ad pedes steterat, narrat, quod inter cenam ebrius
„ dixisset. Martialis. Mixto lagenam ad pedes replet uino. Suetonius
„ in Galba. cap. 22. Inter cenam uero usque eo abundantem, ut con
„ gestas super manus reliquias circumferri iuberet spargique ad pedes stantibus, sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. scilicet quo tempore usus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atque dapes simul

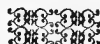
A simul conspurcaret, & conuiuas, solita in triclinijs suspendi atque ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

Interea suspensa graues aulaea ruinas
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo campanis excitat agris.

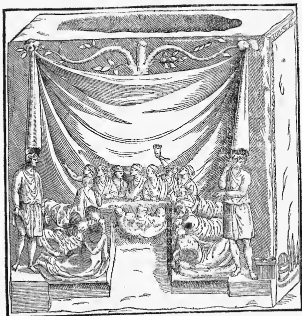
quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentorijs sericeis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatum, cum B uenae arteriae, caeterique capitis meatus, quo magis coacti, atque adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibis sursum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeque κεράσαι, id est temperare uinum aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibiipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnusianum esse uetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cincta e laneis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum alijs instrumentis nonnullis in dextro margine expressis, quae alijs, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.

Dipnoso. philo. 11.

C



ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnusianis, post Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposueiã rediens dico, cũ & lauãdi, D & accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, verisimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicendũ ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortũ duxisse: igitur remanet ut accubitus a balneis principiũ habuerit. Secunda ratio est, qđ ueteres usq. ab Homeri tẽporib. statim post balnea coenitabãt, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locũ ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes cõsideremus, ualde rationi cõsentaneũ erat, illos praesertim, quibus priuata erant domi balnea, iam lotos, & detersos, ne noxã ullã incurrerent, sed lassitudinẽ effugerẽt, lectulos ingredi, a quibus nõ discederẽt, sed mox prope mensas, & coenã parari curarẽt, sicq. comederẽt, perinde ac tẽpestate nostra maior pars eorũ medicorũ faciẽdum iubet, qui aut ualetudinarios, aut etiã sanos lauari mãdant, nã κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenant, haud multũ lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoq. conijcere ualeamus, tunc accũbendi morẽ principiũ quoddã obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis paullatim crescens in eam formã terminatum E

Li.14.c.22. sit. Nã & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quãdo nõnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamq. induere nõ patiẽtur; sed nudi protinus ad bibendũ accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neq. ob uoluptatẽ, cõmoditatẽue ullã aliã, aut honestatẽ ita accũbere inchoarint, quãdo si sedẽtes, atq. accũbentes in cenando inuicẽ cõparemus, illi ualde maiori cõmoditate, facilitate, dignitate, ac honestate utũtur, quã accũbentes: conijciendũ uidetur aliqua alia iusta ratione cõsuetudinẽ illã inuectam fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia F quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atq. ibi uel lacerna alias ueste nuptiali uocata induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi cõsuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararẽtur, uerũ etiam magnum dedecus foret, si quis coenans nõ accubuisset, ut ex hisce Plauti in sticho uerbis colligitur, potius in subsellio Cynice accipiemur, quam in lectis, & ut Martialis significauit, ubi Syriscũ damnat, quod in popinis sellularijs non accũbens coenaret. Quod si quis sentẽtiae nostrae id refragari uelit, qđ ueri simile nequaquã uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

A uatis, semper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnasiorum lauabantur, in priuatis uero domibus cenabant; unde necesse erat exeuntes ab ipsis indui, & praeterea minime credendum esse, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, semper antea lauisse, quando praesertim, ex Planto, Terētio, & ex lapidibus Romanis scitur accubituris soccos & soleas detrahi solitum. quod argumentum est, eos non semper a balneis tunc discessisse, & quādo similiter constat triclinia a balneis separata fuisse, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuersos extitisse. Huic primo respondeo, minime mihi constare, quod omnes indiscriminatim semper accumberent, uti certum est de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domi balneas haB bebant, quando Horatius priuatam sui ipsius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in sellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuisse significat, ubi de Syrisco in hunc modum loquitur, lib. 1 Ser. epist. 6.

Infusum sibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriscus
In sellariolis vagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta est gula centies comesse.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed esto quod accumberent, quin etiā omnes lauarentur, minime negari potest, cum uel rarissime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionē quoq. aliquo pacto nomiC nari appareat. De publicis epulis, atq. nuptialibus conuiuijs, fateor quidē omnes in stratis tunc accubuisse: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiā quilibet ante separatim, aut simul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur, immo uerisimile fit, accessuros ad publica, uel priuata amicorū cōuiuia prius se lauisse, ne fordibus in die necessitate quadā contractis infecti, ceteros mundiores perturbarēt, & propterea ipsis numquam non stratos fuisse lectos, iam uero soleas, & sochos accubituris detrahēdi mos certū argumētum est prius sese lauare consueuisse an ne inter eundum a balneis ad lectos pedes conspurcarentur ijs tegere consueuisse, dumque accumberent semper detraxisse, ac forte Apostolos lotos, dum ad cubitum cum Christo irent neque soleas, neque sochos quibus minime utebantur habuisse propterea audiuisse a Christo sese quidem lotos fuisse, sed ut pedes lauarentur indiguisse. Addo huic nequaquam

quam me sentire posterioribus saeculis omnes propterea accubuis- D
se cenãtes, quia statim e balneis exirent, sed existimo accubitus ori-
ginẽ inde emanasse, quoniam antiquiores balneis egredientes ad
iam contractam, aut futuram lassitudinẽ uitandam post modicum
tẽporis interuallũ lectos intrarent, atq. ibi modo nudi, modo lacer
nis, alijsue in id paratis uestibus induti cenarent, atq. inde mox au-
cta balneorum cõsuetudine usq. adeo accumbẽdi morem creuisse,
ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmo
reos, nunc argentos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim
exstrui curarint, neq. in ijs, in quibus tamen quã plures, (ut de Lu-
cio Vero Imperatore tradit Capitolinus, & pręcipuè pauperes dor-
mire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uolue-
rint. quẽ morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditio-
rum imitationẽ, tam a balneis quã illoti, ita frequentissimum esse E
lib. 11. de re rust. c. 1. cerũt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris die
bus accũbens cenaret; in quare non secus cõtigit, ac euenisse cõspi-
citur in balneis, atq. plurimis alijs rebus, quae in honestũ usum, &
quasi necessitate quadã primũ repertae, deinceps ad luxũ, lasciuiã,
uoluptatẽ, aliosq. usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat uete
res in cõuiuijs oẽs prope excogitasse uoluptates; nihilq. reliquisse,
quod ad deliniendos animos faceret: sic enim sermones cõuiuales
ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerũt, ad au-
ditum oblectandũ musicae uaria genera adhibuerunt, unguẽta pre
3. Symp. Prob. 1. tiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusque
6. de simp. cõtextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides
cap. de ane tho. Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebãt;
2. Paeda. quo fragrãtia, & colore naribus, atq. oculis arriderent, somnũ con F
cap 8. ciliarent, ebrietatẽ uitarent. quantũ porro cibis, & potibus delica-
tissimis cõquirendis studiũ adhibuerint, nõ modo fidẽ faciunt sex-
li. 7. ca. 15. decim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a lon-
ginquis regionibus Romã aduecta; atq. alia quamplurima a Iulio
Polluce nominata, uerũ etiã multa, & prope innumera Auctorum
de re coquinaria cõmentaria ab Athenaeo citata. De antiquorũ in
die semel tantũ sese cibis implendi cõsuetudine, eius etiã opinionis
sum, ut cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori
capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingre
derentur, uix semel comedendi in die otiũ ipsis suppeteret: quoniã
si priuata cuiusq. negotia spectemus, si & exercitationũ, & balneo-
rum, accubitusq. apparatum cõsideremus, magna tẽporis pars ipsis
in sumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere,

aut

A aut balnea interdum uetre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione cōmittere fuissent coacti. Comedendi uero horā, & modū balneorum tēpore, atq. cōmoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere, qui si interdū ob aegrotantiū inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panē mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit. 6. de tu. ua.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agēdis rebus operam nauare; B praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur, quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncque perspicuum est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.

QVEMADMODVM ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earū facultates, regulas, atq. usum scriptis mandarūt: similiter gymnasticā illis nequaquā caruisse C cōstat qui & ipsam uoluminibus illustrarint, & ab obliuione uindicarint; sed factū est, ut quam iacturā plurimae res hominum subierunt, isti quoq. auctores fecerint, quando quidē hisce tēporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atq. Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima cōmentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iam dudum pene abolita est, nō minus ceteris dignitatis, atq. splēdoris haberet; neq. nos hunc laborē ad lucē eam reuocādi assumeremus: praetereo Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata cōmentaria: quibus dū nos carere cōsidero,

non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab in D
cepta opera ualde deterreri, sed haec dimittentes iam gymnasiorum ministros declaremus, inter quos primum locũ tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus
In Bacc. » apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: Gymnasij praefecto » haud mediocres poenas penderes. Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere magno » Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus » docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco: illi praeerat. Secun- E
dum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & denique cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F
MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sentẽtia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum
6. Epidim. sect. 3. prope finem. decernendorum iudex foret, nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

non

A non solũ ipse luctaretur, uerũ etiã palaestra curam haberet. Agonistarchã uero eũ fuisse puto, qui certaminũ publicorũ pfectus esset, quin e& in amphitheatris, & in gymnasijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus suum obibat. eius habetur mentio in hac uetusta inscriptione a Ligorio mihi comunicat-

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
AGONISTARCHA. COM-
MODIANVS.

B Post hos aderat Gymnastes, quẽ Galenus secundo de tu. ual. uoluit magistrum omniũ exercitationũ exstitisse, qui eorũ uires, ac potentias ad sanitatẽ cõducẽtes callens, quo modo fieri deberent, quã diu, & q̃ quibus cõuenirent, tam athletas, quã ceteros oẽs exercitatores edocebat; eo qđ uel medicus esset, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi si quis seruũ aegrũ medico, aut gymnastae uẽdat, nõ esse redhibendũ uult, quasi uterq. languẽtes sanis dignoscere scire debeat, immo Basilius hom. in Hexameron xj. de hominis natura aeque Gymnastẽ, ac medicũ speculari, & quaerere solitũ docet. hũc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnastem appellauit, Plato uero Paedotribam, referẽte Galeno, uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicũ medicum qui primus gymasticam medicinae iunxit, Paedotribam uominauit, & in Protagora ita scriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exsistenti inseruiant. Galenus tamen in consilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuisse tempore suo, tradit. Brogymnasios uidetur Seneca epist. 83. eos uocasse qui simul exercẽtur uocabulo (quod equidẽ sciam) nulli alteri usurpato, quãquam Muretus progymnastas legendũ maluerit in suis ad eum locum notis. Ἀλείπτην quoque ab Aristotele 2. Ethic. cap. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: siquidem Celsus, ubi dixit sanum hominem nullis sese legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium nisi gymnastam intelligere uoluit; sicuti etiam

In lib. ad Thras.

lib. 3. c. 47.
lib. 1. c. 1.

Cicero

Cicero in epistola quadam ad Lentulum, in qua haec scripta repe- D
riuntur: Sed uellem non solum salutis meae, quemadmodum me-
„ dici, sed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo-
„ luissent. Ex quo clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, sanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipso, uel pro unctorum magistro aliptam accipi sciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum saepius uidere est. quo in casu Hippocratem ἐξαλείπτην potius dicere uoluisse, notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastem erat

In lib. ad Thras. Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non uideretur, Galenus tamen eos ualde diuersos fuisse scribit, dum Gymnastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo assimilat, merumque gymnastes ministrum nuncupat. nam sicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter medici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniū facultatem ignorabat, gymnastaeque praecepta solum faciebat, utpote qui & usum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, sed ob ignorantiam saepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit, difficile fuisse prudentem paedotribam inuenire. Hanc gymnastae, & paedotribae differentiam Aristoteles quoque philosophus cognouisse uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera E

Cap. 3. operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην δεῖ τὴν δύναμιν. F Gymnastes itaque erat praefectus exercitationū, paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione respondens, facere panes, obsonia, aedes scientibus quidem, minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipsorum unumquodque ad sanitatem haberet, non dignoscentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exsistere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, femina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebāt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorum, qui pila ludebāt,

li. 1. de tu. ual. institutor, ac ueluti paedotriba, quiue, secundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamen,

quem

A quem corpori affectum parerent hi, noscebat. Aderant serui fricandis corporibus destinati, qui ad praescriptum gymnastae, aut paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias asperis, alias mediocribus, uario, ac diuerso modo, prout opus erat, corpora fricabant. Post hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celso nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: sed decepti sunt, cum alium fuisse ab his ἰατραλείπτην ostenderimus. Mediastini quoque gymnasijs ministrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro seruitijs gymnasiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclarissima monumenta hanc inscriptionem habet, in qua Mediastinorum fit mentio. lib.3.c.45.

B

DIIS. MANIBVS. S.
TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L.
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS

C AVG. N. FAC. CVR

Aderant serui balneares, lotos in balneis primo cum spongijs, modo purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cum linteis exsiccantes. hos quoque arbitror ego consueuisse strigilibus corpora exercitatorum distringere, atque a strigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui sphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exstingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis lusores pilae, utpote obstrepentes intelligendos putant, male sententias Martialis & Statij, de quibus nos locis suis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (ut refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praesertim alis pilos adhibebantur: nisi uelimus, ut docti uiri censuerunt, pedicrepos, & alipedos apud Senecam legere, quasi in gymnasijs essent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipsos magna uoce singulos enumerarent, ita Epist.57.

ut

ut Seneca ab huiuscemodi uocibus offenderetur. quorũ tamẽ sentẽ- D
tiã non probo, quod Iuuenalis certo testatũ faciat, fuisse in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi seruos suos describens Persico ait:

Sat. 11.
Nec pugillares defert in balnea raucus
Testiculos, nec vellendas iam praebuit alas.

Atque hos modo uolsellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilotbris, opinor, quan-
lib. 14. cap. 20. lib. 29. cap. 1.
donarrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersa- E
bantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, crustularij. &, quoniam inter exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaque alia fieri solent, ob id gymnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi, atq. medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuẽtae sint haeduae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS. MANIBVS
M. CALPVRNIO. M. F. MEN F
VOSENNIO
VIX. ANN. XXX. M. IIX
M. CALPVRNIVS. M. F. MEN
HILARIVS. MEDICVS
LVDI. MAGNI
FRATRI. PIISSIMO. FEC

EVTYCHVS. AVG. LIB. NERONIANVS. MEDICVS. LVDI
MATVTINI. FECIT. SIBI. ET. IRENE. LIB. CONIVGI
CARISSIMAE. BENEMERITAE. ET. LIBERTIS
LIBERTABVS. Q. POSTERIS. Q. EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matutini, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium; quod in urbe publice dabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina pro ponebantur, ut ex Seneca epist. vij. nec non in fine tertij libri de Ira cuius perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autē meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorū confluebant ad uidenda hominum, quàm bestiarum certamina; ut iure omnes, B & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationē sint insectati. Non est tamen illud ignorandū, scholiastas quasdā Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tēpus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, piliercpus, alipilus, ianitor, fornacator. Atque haec de gymnasijs antiquorum à nobis satis dicta sint.

C *De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica. Cap. XIII.*

QVICVMQVE artem, aut rem aliquā sibi exacte tractandam proponunt, operae pretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab alijs, quae similem naturam prinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequi uocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractātè proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq; sint gymnasticae circa eadem fere uersantes. necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus gymnasti-

cae totius speciés gymnasticam ueram seu legitimam (ut Galeni D
more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemque habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiam supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, vt homines exercitationum moderatarum ope, & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere. Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius ali qua ad hanc spe E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ dudũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum educationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publi- F
cos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe profectus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

In lib. de Philos.

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam celebrat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui comparando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cuncta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae operam nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodo que addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militari libris luculenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Praeter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Milo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheorolog. cap. de duro & molli τὰ βώλια comminuere solitum scri-
B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud auctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱερὰς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos ludos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina, uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sacrorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophontem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώνων ἀθληταὶ ῥᾳδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest, Quemadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum populum peragebantur; aut in gymnasijs, uel alijs publicis locis exercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes secundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores commune habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt Lib. 2. simplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, siue praemium erat, cui operam nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine nisi potius (quod maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis hominum incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere. In suas ar. ad 60. ar. Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes simplici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymnasticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simpliciter utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in 3. de Repu.

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομψοτέρας δέ τινος καὶ δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οἵ γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, πολεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς περὶ ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliam rationem, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles, pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdũ totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, idcirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gymnasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata fit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

De

A De vitiosa Gymnastica, siue Athletica. Cap. XIV.

OSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiã de gymna-
stica simplici, quãtum ad praesens negotium: spectabat,
satis disseruimus, iam opportunum erit de athletica ser-
mone habere. quae quoniã tẽporibus Galeni, atq. etiã
superioribus maximã auctoritatem sibi uendicauerat ideo ei opus
fuit, ut eam longissima oratione, atq. impurissimis contumeliosissi- In suas. ad bo. ar.
misq. uerbis insectaretur. quod quã sapienter simul ac iuste fecerit,
ex his q̃ de illius professorũ moribus aliisq. conditionibus dicturus
sum, facillime clarũ futurum spero. & ut a principio exordiar, Pli-
nius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticã ab Hercule Lib.7.c.56.
olympiae inuentã fuisse: ut tota haec ars duos parẽtes habuerit, qui
tametsi insignes fuerint, atq. artem illustrẽ & admiratione dignam
B primo condiderint, illa tamen lõgo postea tẽporis interuallo, atq.
prauis hominũ moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut verius κα-
κοτεχνίας, quã artis nomen ei cõuenisse dixerit Galenus, si quidem In lib. ad Thras.
illius exercitatores dum spe victoriae, & praemij (quorũ gratia qui
certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori in-
crassando, roboriq. cõparando nimium incumbebant, mentẽ etiã
crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. un
de non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desi Tertio de repub.
des uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratẽ me 1. Aph. lib.
dicum secutus, qui habitus athletarũ ueluti periculosos, maximisq.
aegritudinibus obnoxios ubique detestatus est, sicut & Plutarchus In lib. de tu. ual.
eos satis atq. gymnasiorũ columnis similes effecit, alias itẽ confessus
quod Graecis nihil aliud mollitiẽ, atq. seruitutẽ inuexerit, nisi haec
C gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atq. relanguescentes ab
armis delapsi sunt, cõtenti prostrenuis, atq. fortibus militibus seip-
sos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hãc rem ita esse nemo
sane dubitabit, si totã eius naturam breuissima oratione ab Aristo-
le explicatã perpenderit: is enim in primo Rhetoricorum libro de
Agonistica (sic etiã athleticam appellatã superius diximus) haec scri
pta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ Cap.5.
ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γὰρ ὁ ταχὺς ἰσχυρός ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τὰ σκέ- „
λη ῥιπτεῖν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόρρω, δρομικός, ὁ δὲ θλίβειν, καὶ „
κατέχειν, παλαιστικός, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικός, ὁ δὲ ἀμφοτέ- „
ροις τούτοις, παγκρατιαστικός; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. i. Ago- „
nistica autem corporis uirtus ex magnitudine, & robore, & celeri-
tate cõponitur: nam & celer fortis est: qui.n. quodammodo crura

proiicere,& uelociter,ac longe mouere poteſt,curſor,qui uero cō- D
primere,& cōtinere luctator;qui percuſsione impellere, pugil; qui
autē utriſq. his,pācratiaſtes,qui uero omnibus his,quinquertio eſt.
Ex quibus clare patet athletarū omniū inſtitutionē, atq. diſciplinā
huc tantum ſpectaſſe,ut corporis magnitudinē,robur,atq. celerita
tem cōpararent,quibus ſoli ceteros antagoniſtas ſuperare, & prae-
mio honoreq. potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum
generibus cōtenderent,quinq. tamē praecipua erant,in quibus uel
ſemper,uel plerūq. tā in ſacris certaminib. quā in ludis, amphithea
tris,& publicis ſpectaculis, ſed praeſertim in ſtadio, quod fere ſolis
athletis proprie deſtinatū erat,certabant,lucta,pugilatus, curſus,ſal
tus,& diſcus. unde luctatores,pugiles,curſores,ſaltatores, diſcoboli
nuncupabātur,qui ſeparatim in ſingulis pollerēt, ſicuti Pācratiaſta
dicebatur,qui in lucta,& pugilatu ualebat:qui uero in cūctis quin- E
que,pētathlus,& uocabulo Romano quinquertius uocabāt,ut do-
cet Feſtus etſi Quinquertiones apud Liuiū Andronicū athletas ſi-
gnificare ſcribat idē Feſtus, apud quē etiā perihodon uiciſſe diceba
tur is,qui Pythia,Iſthmia,Nemea,Olympia uiciſſet,nomine a cir-
cuitu eorū ſpectaculorū accepto. Erant poſtmodū Halteres, iacula,
atq. nōnulla alia,quorū quoq. certamina athletae obibant,at in pu
blicis ludorū,& ſacrorū certaminum celebrationibus raro illa per-
agebātur,una excepta monomachia,quā Graecos ſacerdotes aeſta-
tis tēpore in Pergamo exercere cōſueuiſſe memoriae prodidit Gale
3.de art.23. nus. Quamquam monomachos, ſiue gladiatores apud ueteres ab
Athletis diuerſos fuiſſe ſciā,quod M. Cicero teſtatū fecit Epiſt.fam.
lib.vij.Epiſt.j.his uerbis, Nā quid ego te athletas putē deſiderare,q̄
gladiatores cōtempſeris? Niſi dicamus qd' memoriae proditū habe- F
tur à Dionyſio Halic.antiq.Rom. lib. x. athletas alios fuiſſe leuio-
rū,alios grauiorū certaminū,atq. hos poſteriores fuiſſe gladiatores.
De ijs in Digeſtorū lib.9.t.1. A quilia ab Vlpiano ſcriptū reperio: Si
in colluctatione uel in pācratio, uel pugiles dum inter ſe exercētur
alius aliū occiderit,ceſſat Aquilia,qa gloriae cauſſa & uirtutis,non
iniuriae, uidetur damnū datū. unde patere arbitror apud Maiores
hāc athleticā in maxima exiſtimatione habitā.cuius ea erat ratio,qd'
homines ſemper illas res extollere, ac honore dignas efficere ſolēt,
a quibus uoluptates,ac delectationes obtinere ſtudent. ob quod cū
athletica in publicis ludis ceteriſq. ſpectaculis maximas uoluptates
publice afferret,in honore habita atq. a multis expetita fuit: quādo
lib.16.c.4. athletis ludos ingredietibus ut refert Plinius oēs aſſurgebant, etiam
ſenatus,ijq. ſenatui proxime ſedebāt,necnō cū patribus,auis pater-
nis

A nis a quib usuis muneribus uacabāt, & uictores in patrias triūphātes inuehebātur, immo Athletis ingenuos caedere, atque becidere, qđ alijs uetabāt leges, nō modo licuisse, uerū etiā honorificū fuisse auctor est in iij. hypot. Pyrrhon. Sextus Empiricus. Ne dicā, qđ Eusebius in v. de Praeparatione euāgelica multo sermone damnat ueteres, f. eo superstitionis, atq. insaniae interdū deuenisse, ut pugiles, atque athletas in Deorū numerū referrēt. Quibus oībus rationibus satis clarū esse pōt, athleticā antiquitus magnae auctoritatis fuisse: & propterea nō temere illā Galenū insectatū esse, dum animaduerteret, quantū dāni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; si qdē nō modo cūcta animi, uerū ēt corporis bona; ita corrūpebātur, ut nihil inueniri posset, qđ maius hominib. q gloriae, & pmiorū ratione illā undiq. ambiebant, detrimentū afferret, queadmodū Euripides quoq. elegantissime testatus fuit sub hisce uerbis.

B

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ' ἑλλάδα,
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐδὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ' ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔς ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ' ἡττημένος,
Κτήσαιτ' ἂν ὄλβον εἰς ὑπερβολὴν πατρὸς;
Οὐδ' αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

Gal. i sua. ad bo. ar.

idest, *Cum mala innumera per Graeciam serpant,*
Nullum deterius Athletarum genere est,
Qui primum bene incolere haud discunt,
C *Neque possunt etiam, quo etenim modo*
Quis quis est gulae deditus, ventriq. indulget,
Diuitias parabit, ut alat familiam?
Neque item egeni esse, & fortunis inseruire
Sciunt: nam in malis diu versati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticae statum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosam artem commentarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnasticam tandem desciuit. Ne taceam Platonem, quē Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemij gratia certare, atque uitam mille necis generibus exponere consueuisse nō se- 7. Aen. in vita Plat.

 mel

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non ea D dem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerum, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donū, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona δόσιυ autem apud Clementem, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius extiterit.

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.

VONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati E sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorū ars foret, & quā sapiēter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniā tota uiuendi ratio in sex rebus, quas nō naturales appellare medici uoluerūt, collocata est, uidelicet cibo, & potu, somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atq. excrementorū euacuationibus, quomodo in uno quoq. horum genere sese gererent, explicabo. Primū itaq. in cibo ac potu quadrupliciter errasse cōspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tēpore. Quod ad qualitatē pertinet, uarijs cibis athletas usos diuersis tēporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scri- F
Li. 23. c. 7. Li 1. colle. cap 40. bunt Plinius, atque Oribasius, quod, ut pinguescerent, factitasse. existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorē quendā Pythagoram athletis primum carnem comendendū exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atq. talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumq. sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebātur, & praeterea suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterū neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdū caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, quē Clitomachus Carthaginiensis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod

caprinas

A caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait.

Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tū bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cū caseo sine fermento confecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirētur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cū Biantes pugil ϖολύβορρος immodice uteretur, eos morbos incurrebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod 4. de re me. cap. 27.
B crederent ab eo nutrimentum solidū produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis diris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secūdo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas perficcasse tres, ac aliquando taurum, quem per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nullīq. parem exstitisse ferunt; atq. hinc
C perspicuum fit, quam vere Aristoteles. 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualeat aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, ut Gal. iij. de tuen. ual. ἐδωδὴν πρὸς ἀνάγκην quasi plus, quam ferre quamquā scio non defuisse, qui aliter eam uocem apud Aristotel. sint interpretati, possent, edere cogerentur: qua etiā utitur Clemens Alexan. lib. ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarū esse potest, nisi qd' refert Galenus eos non aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere cōsueuisse, sed dumtaxat in cena, non modo ratione, uerumetiā experientia doctī Cap. 3. 7. meth.

cibos

cibos in somno, quando calor magis uiget intus, facilius cõfici, alio D qui concoctu difficillimos ipsis, cũ ob qualitatem eorum ualde calori resistentẽ, tum ob immensam quantitatẽ. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quã somno perficere, ratos somnum ad corpulentiã, quam ad firmitatẽ magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum eosdẽ simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatẽ prorsus effugisse tradit, eius sententiã ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumq., & quantumcũque fuerit, usos. quod neq. nos negamus, qui supra diximus frequẽtissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualẽ moderationẽ ceteris uitae eorũ partibus respondentẽ athletae adhibuerint, clarissime demõstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In motu quoq. & quiete nul- E lam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando. s. exercitium τέλειον, siue κατασκευὴν apud Galenum tertio de tu. ual. ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositũ in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersã cõtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quaerens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadant, dixi ideo euenire, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colorẽ cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti mediocris calore in summa corporis retento leuiter colorẽ prouo- F cat, & ad corporis superficiẽ inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime mirum est Galenum dixisse quinque annis ad summũ ἰσοσενὲς per durasse. Iam quoq. aeris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationẽ haberent. quamuis dum se ad futura certamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestũ est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere cõmodius exerceri ualerent, quo tẽpore multas plagas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictum haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptum sequebantur. Ita etiã apud Stra-

[Marginal notes: li. 11. c. 53. — Prob. 4. — 38. partic. prob. 5. — In libro de morborũ temporib. — Homilia 54.]

A Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere cõmodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excãdescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorũ exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forẽt, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quo modo sese gererẽt in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Gal. uenerem moderatã esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab Geograp. lib. 5.

B omnibus in re medica, uel mediocriter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimẽti, & sanguinis copiã magis necesse haberent, de his namq. Gal. 6. de loc. affe. cap. v. loquebatur, quando multos calidae, & humidae naturae ὑπὸ ἀσκήσεως. i. ob exercitationem (non prae pudore, aut sobrietate, ut interpretes pleriq. transferunt) à uenereis usu abstinentes torpidos, atq. pigros effectos sese uidisse scripsit. Quod porro a Venere prorsus athletae abstinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoque testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessa 8. de legib. 6. de loc. affec. in fi.

C riorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperantiae legem promulgasse, quae adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habens, ita scriptum reliquit.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus. lib. 11.
Perfundit gelida uirgine? ne futuat.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus, quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam li. 34. c. 18. 5. de tu. ua. c. ult.

fusius

Lib. ad martyr. fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athletae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in commentario supra Epictetum intellexit, qui studio coronae athletas a uenere abstinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uenereisque uocem, cum e candida declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectu athleticum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse possunt, quae ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uidelicet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffocationes, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hieronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippocratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissimus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athletico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Alexandrinus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad certandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos obtegendi consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exercebantur, introductam, esse memoriae mandatum est. Quamquam Dionisius Halicar. scribat ex Homero colligi ad priscos illos turpe habitum esse nudos certare, primum autem omniũ Olymp. xv. Neanthum Lacedaemonium Olympiaco stadio decurrentem totum corpus denudasse pudendis tantum subligaribus campestribus obtectis.

Marginal notes: "Ii. 28. c. 6." ; "In suas. ad bo at." ; "In lib. ad Thras." ; "lib. 2. aduer. Iouin." ; "3. H. paedagogi. c. 9." ; "Lib. x. antiq. Rom." Signature letters: D, E, F.

Explicit Liber Primus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. *Cap. I.*

OSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originē, nec nō uerae, & nō uerae differētiā satis explicauimus, cōsequens est, ut, ceteris non prorsus omissis, illā pcipue oratione nostra prosequamur, q̄ ad medicinam facit; & B de qua tractationē habere polliciti sumus. Quoniā uero, dum gymnastae definitionē in medio proponeremus, eam esse artē quādam facultates omniū exercitationū noscentē, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentē indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, aut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarū unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cū ars (dicebat Aristoteles,) sit recta operandi ratio, uidebimus q̄ sit in obeundis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarū unaquaeq., uel ad parandū bonū habitū, uel sanitatē defendendam cōferat. Exercitationē itaq. definiuit C Galenus, secundo de tu. ual. & ipsum secutus Aetius, esse motū uehementē, anhelitum alterantē, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationē, motū, atq. laborem inter se differre demōstrat: propterea qd' motus est res quaedā magis cōmunis, atq. pluribus cōueniens quā exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidē fodientes, atq. metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiā aliquando cōmuni quadā appellatione labor, exercitatio uocatur: quemadmodū Galenus ab Hippocrate uocatū esse censet, quādo is dixit, Labores cibū praecedāt, &, ubi fames, laborandū non est. ibi enim uocē hanc πόνος, quae & dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitationem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentētia Galeni, & Aetij nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis appella-

Marginal notes: 6.Ethic. — lib.3 c. 2. — 6.de morb. vulg. cō.4. tex.31. — 2.Aph.16. — In Onomastico. — 2.de tu.ua. — lib.3. cap 2.

pellatus, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam possetal quis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehementer moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenica exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquam integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cũ animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequens est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: non enim apposuit (uehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum uehementem exsistere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie nõ cõplectitur: de quibus ad medicũ tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidẽ omnia quattuor caussarũ genera haud quaquã cõplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit itẽ illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cũ anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorũ mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorũ impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicẽnae definitio haud perfecte totam exercitationis naturã cõplectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum exercitationem esse mẽbrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definiẽtes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemens, uoluntarius, cum anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparandi gratia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atq. soli definito conuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me sciscitari, nunquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo quod non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nõ proprie, saltem communiter, dummodo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiũt. quibus uero ali-

qua

Margin notes: D; Li.1 fen 3. doc.2. c.1.; E; 6. coll. c.2.; F

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atque hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quinto de tu. ual. ca. 11. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uocifera-
B tionibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationẽ a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorum ageretur, nihilo secius exercitationẽ uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocet exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficiantur, dũmodo ceteris condicionibus minime careant? qui re ita sese haben
C te, etiam ad gymnasticam facultatem de exercitationibus omnibus. siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicendum erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tempore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. Cap. II.

RACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nunc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarum offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum,

atq.

atque praecipuum principium a natura acceptũ sit, animantia bru D
1. de leg. 2. de tu. ua. ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem illa statim ac mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiũt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatã ab ipso gymnasticae diuisionem in mediũ proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, E
sed quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit, neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui nõ minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. cum demonstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earũ apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, F
qui pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumq. pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonẽ habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemque conseruare intendit sicut medicus, sed alium finẽ addit, nempe ut eius exercitationis ope ad bella gerenda aptiores

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Platonem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub nomine palaestricae intelligentes uniuersam illam exercitationum seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq. exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum arte factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefiniunturque id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in secundo libro de musculorum motu scriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut B paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehendi posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae exercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequaquam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissimo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alteram, quae motus hominum a seipsis factos solum, alteram quae motus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestricam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentiemus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si quidem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub aliqua praedictarum specie contineri non ostendamus. Nec quid-C quam sentẽtiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς inscribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt, Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesticam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam efficerunt ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrionica species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loquimur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uocamus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus; non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a nobis intellectis.

VM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne cōfusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriā, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atq. Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, quomodo etiam E tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hāc, κυβίστημα uocauit Lucianus, & in glossario habetur, cernulat κυβιστᾷ, quam uocem etiam usurpauit Seneca Epist. viij. etsi cernuat plures codices habeant. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pilas saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρῃ τε γὰρ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, vittis vellisque remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis vlnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. F Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quā uis maiores nostri ut plurimum ad uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tēpora perdurat, nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque medicam illam quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium ōmissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremque uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo

A do depresionibus, modo inclinationibus hostilium incursuum in uasiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculatores, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum adiumenti accessurum ad adipiscēdam militarem peritiam. Quod uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit aliquando saltationes, comprobari potest ex Plinio, qui Stephanionem togatae saltationis primū inuentorem utrisq. saecularibus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae prodidit: quemadmodū & Plato loco nuper citato saltationē a nobis mediā, ab ipso ἀμφισβητησίμων nuncupatam in sacrificijs, atq. exspiationibus fieri solitam, quam a Mantinēsibus, & Arcadibus coram Cy-
B ro factā refert Xenophon, tradens, aperte insinuare uidetur, athleticam, cuius & ludos & sacrificiorum celebritates esse iam decreuimus saltatoriam habuisse. Galenus porro nec medicinae gymnasticam saltationes a se respuisse tamquā sanitati, & bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secundo περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini restitutos a se luctis, pancratijs, saltationibus, atque alijs huiuscemodi exercitationibus refert. id quod Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exercitationes hominibus ad sanitatem conferentes hanc ponit, mediamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere, & ob id pueris, mulieribus, atq. senibus, quorum corpus mirum in modum imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero haec ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, siue paci aptam nuncupauit, quamq. animi in prosperita
C tibus, & in moderatis uoluptatibus tēperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo, sat sit nobis hactenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione caruisse, in quam & in palaestricam exercitationum artem a Platone diuisam esse iam diximus.

li. 6. de Cyri Exped.

cap. vlti.

Orib. 6.

De Sphaeristica. *Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & orchesticam, siue communi nomine uocatam saltationē diuisimus, quarum unaquaeq iam nobis fusius declarā da foret. Sed quoniam de cubistica ab auctoribus pauca admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas prosequemur. Atque primo sphaeristica sese offert, quae tametsi Homeri temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

 uarie-

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι- D
ρισήριον, quam praefectum σφαιριστικὸν uocatum habere meruerit.
Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
lib.7.c.56. scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam
ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea-
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortassis & tantae uarieta-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera cer
tius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq. scri-
ptores non parum confusi fuerint, atque interdum a ueritate longe
recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clariorē, E
minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebimus. Pi
la itaque ludendi genera quattuor dūtaxat apud graecos exstitisse
reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, & κώρυκον,
siue paruam pilam, magnam, atque pilam inanem, & corycum, re-
pono corycum inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,
& Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi
mus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundū Antyllū
tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma-
nus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua
cubitos cubitis ludendo immiscebāt, nec corporibus mutuo haere-
bant, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur: tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilā emit-
tebant cum uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athaeneum ἁρπα-
σὸν & φενίς uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pilae
ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tum quia Cle-
3 paedag. cap. 10. mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
paruae pilae, & praesertim φενίνδα, exercitationem esse uiris ualde
accommodatā, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarum
facit: οἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φενίνδα παιδιὰν ἐν
ἡλίῳ μάλιστα. quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam
harpastum uocatum innuit. huius etenim inuētorem exstitisse Pha
naestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius itē descri-

ptionem

A Ptionem Antiphanes in hunc modum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφυγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν κλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibiipsis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio simulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri solitũ, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea educebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositã quisq. contẽdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinẽ descriptas aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum qui bus contactis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, at-
B que alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile fit spectatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde Demoxeni cõcinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ explicaturus haec prodidit: Νεανίας τὶς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τὶ λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πέρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄντι μεῖζον ἐλαβεῖν, εἰ πλεῖονα χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidã annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam

Athenaeus l. Dipnosophist.

C illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus. quãta autem concinnitas, ordo, ac uenustas diĩ al quid diceret, aut faceret, supra omnẽ pulchritudinem existit. O uiri neq. umquam antea audiui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mihi si diutius ibi permansissem, neque multum mihi sanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter ludere solitos perspicuum efficitur. Haec itaq. sunt pilae paruae species, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epigenes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus, quocum multi ex Antigoni regis familiaribus ludẽdi gratia exsuebantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo scilicet sese reclinantes pilam in caelum proiiciebant, & antequã ter-

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerũ etiã ex manuũ figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex Antyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore, hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris praedictis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter brachia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilã, quemadmodum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab alijs differentem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter luderetur. Corycus uero quis esset, quo modoue ludus ille perageretur, cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius orationem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet. D E

Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύρων· ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνωθεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτο δὲ διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθουμένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφιᾶσιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαντες, ὥστε ὑποστρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προστελούσης: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι. ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετάφρενον. F

lib.6.coll. i. Corycus in corporibus imbecillioribus grano
„ ficulneo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero ma-
„ gnitudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, suspenditur
„ autẽ in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fun
„ dum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utrisq. mani-
„ bus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, postea uero uehe-
„ mentius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum
„ redeunti cedant uiolentia compulsi, postremo uero eum e manibus
„ reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori ad-
uentu

A uentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepisime resti- „
tuendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retroce- „
dat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dum propinquat, „
quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re „
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figurā Coryci ut pote omnibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen assequi possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia coriacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu & manus, & pectus non sine laesione percusisset. Haec autē si uidisset Fuchsius, sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum contendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram distasse. Neq. etiam satis mirari soleo antiquisimum scriptorē Caelium Aurelianū, qui lib. v. tard. pass. cap. ult. dicit uariā uolutationē
B in palaestra esse uocatā à Graecis celadian atq. choricomachian, nisi sit in codice deprauatisimo error, ut puto. De hoc intelligendum est adagium illud, περὶ κώρυκον γυμνάζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatum est. De hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi κωρυκομαχίαν, falsò a Cornario follē interpretatā, ad attenuandū corpus probauit: quēadmodū & eandē intellexit Aretaeus, ubi pro elephanticorū exercitationibus κωρυκοβολίας probauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perac, aut facul[ia]ctus, inepte satis transtulit. Eandem quoq. intellexisse Coeliū Aurelianū existimo, cū ad polysarciam diminuendā corycomachiam (sic enim legendum est) cōmendauit ijsdē prope remedijs usus, q̄ ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde argumentatus sum, Auctorē sicuti cetera, ità & cory
C machiā ab Hippocrate mutuatū esse. quamuis textus iudicio meo deprauatus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appellari, censuerunt aliqui: quorū sententiam postquā in superioribus refutauimus, nil aliud dicendū est. Atq. haec de quattuor pilae ludi graecorū generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila inani, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex descriptionibus nuper allatis manifesto constat, uerum etiam ex Galeni uerbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: ubi inter ceteras gymnasiorum exercitationes corycū, pilam paruam, & pilam magnā, separatim recenset, sicut & Paulus Aegineta ipsum imitatus. quod profecto non fecissent nisi quaedā inter se diuersa exstitissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitationes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur, parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque

bellicam,& praesertim pueris edocendis incumbentem pilarũ exer D
citationes usurpasse, neque ad ualetudinem, ac agilitatem comparandam, augendamue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas exercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medicasq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniã & ueterum,& recentiorũ tam Graecorũ,quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιὰς, & ludos uocarent,aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent,aut quod illi,qui exercentur,non serio, sed ioco agere uideantur,siue gratia sanitatis,siue alterius rei id efficiãt. ludi uero,quos athleticae esse nos dicimus,ita proprie uocabantur, quoniam solatij,& uoluptatis solius gratia in otijs festiuis agebantur.
E

De Pilae ludo secundum Latinos. *Cap. V.*

OSTQVAM pila ludendi Graecis usitata genera satis explanauimus,superest & ea,quae a Latinis & in usu habita,& scriptis tradita reperiuntur,explicare: unde, in quibus ambo couenerint,& in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiam apud Latinos quibus ludebant,inuenio,follem,trigonalem, paganicam, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta,soloq. uento repleta, quae si maior erat,brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur,ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam F
uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim luderes & apud Propertium lib.3.

Cum pila ueloces fallit per brachia iactus.

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat.lib.2.Sat.2.

Seu pila uelox

Molliter austerum studio fallente laborem,

Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp.Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse,ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.

MYGIA

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, vt apud Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã; D
uocabatur. Interdũ quoq. hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, ficuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit

Pluma ea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec confueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle senes.

Nã ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exercert ri ualerent, non modo leuis pila efficiebãt, uerũ et dicatus lusui locus nullis lapidib. aut lateribus sternebatur, ne laberẽ.ur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnũ nõ pateretur; & propterea, cũ solũ mini me pauimẽtatũ foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: q̃q̃ et fieri põt ut pauimẽto luderẽt, sed puluere humili & exiguo illud adspergeretur, ita ut pilã resilire nõ impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarẽtur. Nã in puluerulẽto solo fieri hanc exercitationẽ consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenem quendã ex Thermis ob delectationẽ exire nescientẽ in hunc modũ carpit. E

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,
Menogenen, omni tu licet arte uelis,
Captabit tepidum dextra laeuaque trigonem, F
Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,
Colliget, & referet lapsum de puluere follem,
Et si iam lotus, iam soleatus erit.

Numquid autẽ ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sentẽtiae fuerunt. Alij enim crediderunt pilam magnã Graecorũ, & follẽ Latinorũ idẽ fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in 2. de tu. ual. corycũ follẽ traduxisset, in sexto postmodũ libro magnam pilam iterum follem
2. de tu ual. transtulit, quasi corycus, & pila magna non differret apud Galenũ, qui expresse & pilã paruam, & magna, & corycũ distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follẽ Latinorũ fuisse: atq. hanc opinionẽ maior pars recentiorum scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasiũ caput Coryci, de folle pugillatorio inscriben-

A ſcribendum iudicarunt, ſed hi oẽs magnoperealucinantur: & primo, qui crediderunt follẽ & magnam pilam idẽ fuiſſe, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera eſt, qđ ludẽtes magna pila ſemper ſummas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam ſummis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera eſt, qđ Oribaſius ludũ pilae magnae nõ modo aegrotis, ſed etiam cõualeſcentibus, atq. bene ualentibus inutilẽ iudicauit, quorum neutrum habuiſſe follẽ, facile eſt ex ſuperioribus iudicare. Qui uero follem eorycum fuiſſe exiſtimarunt, multis rationibus & ipſi erraſſe deprehenduntur. Primo, quoniã corycus e culmine gymnaſiorũ ſuſpendebatur, follis libere emittebatur. Secũdo corycus ficulneo grano, aut farina, aut arena implebatur, follis ſolo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero nõ. Fuerũt itẽ qui follẽ pilã inanem ſuperius a nobis ex Antyllo deſcriptam fuiſſe crediderũt. quibus ego libenter aſſentirẽ, nisi Martialis dixiſſet, follẽ mitiori aetati cõuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationẽ non admodũ facilẽ, neq. aptam, & ideo omittẽdam eſſe cẽſuiſſet. Cõlligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neq. inanis pila Graecorũ, neq. magna eorundẽ, neq. corycus fuerit, cum illos ignoraſſe. nemo enim eſt, q paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerũt nõnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat, uel potius a ludentiũ (qđ magis eredibile eſt) numero, figura, & ſitu. hanc eſſe aliquando pilã ſimplici nomine appellatam inuenio, ut apud Martialem lib. vij.

B (margin letter, beside "quibus ego libenter...")

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi ſtipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpaſta uagus puluerulenta rapis.

C Si enim ſola quattuor pilae genera facimus, neceſſario cum ceterae nominentur, Trigonalis ſub pila ſimplici cõplectetur: de hac ſimiliter locutũ credo Celſum, quando dixit, ab alno citata uexatis pilã, & reliqua ſuperiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuſcemodi ludo partes inferiores fere ſemper firmae manebant, ſuperiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio iſta, facile conijcere poſſumus ex Martialis uerbis, in quibus demõſtrat, luſores ita triãgulari ſitus figura colludere ſolitos, ut manibus utriſque modo ſiniſtra, modo dextra pilam uiciſsim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo ſummã ludentium laudẽ fuiſſe uériſimile ſit, ſicut in lib. 7. ubi Polybum quendã laudat ob agilitatem ſiniſtrae manus in iacienda excipiendaq. pila. Lib. 1. c. 6.

Sic palmam tibi de Trigone nudo D
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro.14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eō prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib.4.

Seu lentum ceroma teris, tepidumue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines ludendo ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro 1. in Elegia Ianuae conquerētis dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret. E

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplū trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excusis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditū est. Eundem propè aut similē paganicae pilae lusum describi existimo à Petronio arbitro in satyricis ubi hūc in modum scribit. Videmus senem caluum tunica uestitum russea inter pueros capillatos ludentes pila. Nec tam pueri nos, quamquam erat operaeprecium ad spectaculum duxerant, quam ipse paterfamilias, q soleatus pila sparsiua exercebatur, nec eam amplius repetebat, q̄ terrā cōtigeret, sed follem plenū habebat seruus, sufficiebatq. ludentibus. Notauimus etiā res nouas. Nā duo spadones in diuersa parte circuli stabant, quorū alter matellā tenebat argenteam, alter numerabat pilas, non quidem eas, quae inter manus lusu expellentes uibrabantur, sed eas quae in terram decidebant. F

ΠΥΘΙΑ·ΑΚΤΙΑ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, D
& in uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu ha-
beretur. Nam Dionysius antiquitatum lib. 4. refert, Romã in quat
tuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitato-
res Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis pa-
ganica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse
ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, nõ ita tamen ut est fol-
lis, laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi
quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tan-
to difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia
comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma
replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed unde-
quaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemad-
modum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit Libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follẽ, aliquan-
do trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari
hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitatio-
nem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit cõsueuisse fere omnes, qui
sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps sta-
tim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter cete-
ros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparato-
rios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum La F
tinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitu
dinem idem prorsus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim
pila, quam ludentes alter alteri eripiebat cuius uero magnitudinis,
& ex qua materia foret, haud quaquam ab ullo auctore explicatum
habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpa-
„ stum rotundum fuisse. τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν,
„ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι. id est, Lusus au
tem pilae harpastum nuncupatum phenında uocabatur, quem ego
maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile fit ex corio sicut ce
teras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc tẽporis nul
li ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius ma-
gnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in li-
bro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud
paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam; quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur. unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamen ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod illud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro 7.
Non Harpasta vagus puluerulenta rapis & libro 14.
Haec rapit Antei velox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt vberiore viri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochique,
Armaque, & ingyros ire coactus equus:

eiusdẽ poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadẽ exprobrans, quod omnibus fere uirorũ munijs fungeretur, quasi rẽ mulieribus prae alijs maxime insuetã ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoque subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curãda puerorũ epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: Lib. 1. ser. 3. trac. 2. cap. 2. nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionẽ facit, C de qua posterius uerba faciam, cum ad praesentẽ de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationẽ minime pertineat, de qua haec satis.

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. Cap. VI.

RES saltatoriae partes, cubisticã, sphaeristicã, & q̃ nomine generis uocatur simpliciter, saltationẽ, in superioribus effecimus: quarũ duabus iam declaratis tertia modo subuectẽda uenit de qua haec a nobis declarabũtur, primo q̃d fuerit, secũdo quot species habuerit tertio cur ea uterentur maiores nostri, quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, cũ dixisset, oĩa poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diui-

dit

dit, quarum alias tradens diuersis generibus imitari ut uel harmo- D
nia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel melio-
res, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agētes, uel
introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam indutos,
aut non mutatos; de saltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ
μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχημα-
τιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. i. Nu-
mero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim nu-
merosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imi-
tātur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationē, nihil aliud
fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, ar-
tificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominum mo-
Cap. 4. res, affectus, & actiones. qui enim in 7. ciuilium dixerat, nihil esse
in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam E
numerū, & cantum, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis
actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus effi-
ceretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expres-
Prob. 15. sit Plutarchus, qui in ix. Conuiuialium saltationem tres partes ha-
buisse scripsis, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ip-
sa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac
harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuis-
se, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae re-
praesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionem-
que, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando salta-
tores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bac-
7. de leg. chae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis simili-
bus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem au- F
tem fuisse non proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae,
caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam decla-
rationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias
nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, pro-
pria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & ha-
bitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationi-
bus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque
etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo
motu facta cōsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitarent, nisi quod
sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & fi-
guris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declara-
bant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones ho
minum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-
des

A des poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem
loquentem uocare solebat: quamquam refert Plutarchus, tempesta Loco cita-
te sua ueram saltationem a musica, cui associabatur, deprauatam to.
fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis
Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmo-
dum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis salta-
tio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quibus autem pri
mus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cō-
pertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum
refert, Androna Catanensum tibicinem, dum sonaret, motiones at- 8 dipnos.
que numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uoca-
tum fuisse sicelissare; post quem Chleophantus Thebanus, &
Aeschylus multas saltatoriae figuras inuenerunt, quas *βαλλίσμης*
Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus.
B unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc per
durat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris
apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemad-
modum Pindarus:

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ' Ἄπολλον: idest:
Saltator rex splendoris, pharetrateque Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius instrumen-
ti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species
autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato, Xeno-
phon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucia-
nus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a
regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fue-
rant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo effi-
C ciebantur: a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troexenicae,
Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de
quibus sic Iuuenalis.

Forsitan exspectes ut Gaditana canoro Sat. 11.
Incipiet prurire choro, plausuq. probatae
Ad terram tremulo descendat clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fue-
runt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodam Lacone, seu, ut alij ma
lunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati saltabant
cum cantu, & sine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidi-
bus excepto, quem hic ponendum curauimus.

PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant.) Atque hae uaria nomina obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Aenianēses & Magnetes, de qua Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinosiue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, molossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam uiro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus exstitit, has B saltationes δῖνας uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, non est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiam saltationem tot atque plures adhuc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atque tractu cōponatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; 7. Phys. & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retrorsum, uel dextrorsum, C uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

De fine saltationis, & de loco. Cap. VII.

VM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouēdis nullam curam adhiberent, uerisimile sit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio-

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D
uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedũ ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius ubi dixit:

1. & 2. d'arte aman. *Si vox est, canta, si mollia brachia, salta.* &
Brachia saltantis, vocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (vt diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peritiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nõ ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimã saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirãtes graecos interrogant, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi Imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nõ parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosq. in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit. dum dixit: ὀρχηςῶν αἱ σφοδραὶ κινήσεις
" ἐν αἷς ἅλλονται μέγιςα, καὶ περιδινοῦνται ςρεφόμενοι τάχιςα, καὶ
" ὀκλάσαντες ἐξανίςανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
" ςον τὰ σκέλη. idest saltatorum uehementes motus, in quibus maxime saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

Marginalia: loc. citatis. — 2. de diaeta. 1. decur. cion. ca. 1.

A hunt, diuaricantque, ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non Cinaedus usquam magis saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimonio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi

In Mil. glor. act. 3.

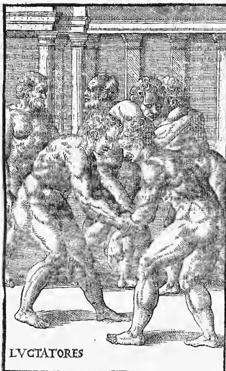
B quoque interdum saltabant, nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt, unde etiam chorea nomen saltationis pereleganS

C emanauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono sympofiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectare ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Cōcludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

Li. 14. dip.

ECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operae pretiũ est, cui postmodum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit inter quas continuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητικὴ siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quędã in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemque concertantes, E
alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, partheses, & systases necessario requirebantur, illudque prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de ui-
act. 5. rio dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scri-
Cap. 8. ptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, binos quoniam etsi F
plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoque iuuenibus cõtendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis mini-
2. de diff. pul. mam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui
2. Sym. prob. 4. non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductũ esse uoluerint, sed potius quod solum haec exercitatio

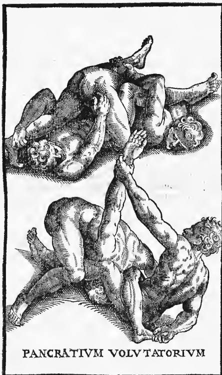
A πηλοῦ id est luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis
inpugnandum aliam quoque rationem addebant, uidelicet haud
quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum
artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima
fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae sim-
plicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde
Sosicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλαίειν, quod est dolo & insidijs deijcere,
fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ, idest a
coniunctis, simulque connexis quattuor digitis, quia luctatores hac
manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit,
perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refelle-
re uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digito-
torum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci postmo
B dum exercitationis nomen ualde longinquum est, & proinde me-
lius sensiste uidentur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλῦναι natam & dictam πά-
λην, credunt, siue ἀπὸ τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum
apud poetas, deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum
ab Homero quoque ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus;
alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleua-
re, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat:
nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνε-
σθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem
cursores semper distabant, nec umquam appropinquabant, pugil-
latores pariter a designatoribus numquam complicari permitte-
bantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracu
sanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores
uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.


LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerẽtur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atque huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundum ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbãte Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽte interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' εὐσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, ꝙ palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorũ certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. valet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu compositũ. Secundum ꝙ uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nã in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur, atq. ibi inuicẽ cõplicati, seq. mutuo conuoluentes alter alterũ sibi supponere nitebãtur: quemadmodũ clarissime mostrant depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi fit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. Lib. de cõi animaliũ gressu.

Non amo qui vincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionē, qua palaestrita reducto pectore aduersariũ retrahebat, ac ictum illius deuitabat, aut potius (ut erat Poeta semper obscoenitatũ amator) eam lecti luctã interpretemur quam κλινοπάλην Domitianũ vocasse tradit Suetonius. De eodem itē loquebatur Antyllus apud Oribasiũ, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; siquidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. 6. collect. cap. 27. B lib. de diaeta. 6. de dieta. 2. de tu. va.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. *Cap. IX.*

PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur fuisse circo praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originem accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur. C Prob. 5.

Arma antiqua manus, vngues, dentesque fuerunt. Lib. 5.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoque perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hãc rem intellexerunt illi, qui pugnã cestũ, & pugilatum idē penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorũ tamen scriptis coniectura cõsequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare cõsueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminae circumsepti sese inuicē percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquã sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium

rium pugnorum ictibus in terrã prosternebat, uel grauius & dam- D
1. Symp. Prob. 5. nosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiã πυκτεύειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inseruisse, testatũ reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ual. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarũ prima est, quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem d. l. gentissime tractauit, nullum paene uerbũ de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatũ cõmendare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus depranatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exsti E tisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. Altera ratio est, quod, si naturã pugilatus exacte spectemus, cũ percussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatq., quin militarem peritiã magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cũ solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni cõferre possit, non uideo: ut tuto dicendũ sit, pugilatũ in gymnastica medica exiguũ usum habuisse in militari uero multum, in athletica plurimũ: cuius principes & auctores fuisse Amycum, atq. Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glaucus Carystius excelluit, ut quinta & uigesima Olympiade coronatus pictae, i. pugilatoris nomine per excellentiam me- F ruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operã dedisse, legitur apud Terentiũ. quod agebãt, ut grauius percutere ua

In Eun. act. 2. sce. 3. lerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experiẽtia & ratione cõprobatũ, obesos minus ex carnibus iniurias sentire. Cur autẽ Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respõdeat, pugilice atq. athletice, nõ est admodũ

1. de alim. fac. c. 2. difficile coniectura cõsequi. quod etiã Galenus scriptũ reliquit, Luctatores potissimũ athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiã eodẽ nomine appellatos fuisse pugiles, & pãcratiastes.

Plau. in Epidico. qua de re fieri pôtu: Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq. tamen robori, & corporis crassitiei studerẽt, & iccirco seruus ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu

tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pancratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut testatur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur aduersarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere studebant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam complicabantur; ut commendanda sit urbanitas Horatij, qui 3. Satyr. lib. 2. uenustè admodum phreniticos, quod pugnis ministros, & adstātes feriatur pugiles uocauit luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijcerent, sed pugnis minime percutiebant, pancratiastae tum utroque utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, genibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias) aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus differebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo in Cap 5. lib. 5. elia.

B flexis certabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: εἰ ἕκαστος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γίνοιτο μάλιστα τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτεινόντων αὐτὴν ὅμοιον, hoc est, sin autem unusquisque digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis euadet, qui ipsam in pancratin protēderint. talis etenim manuum figura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebant pancratiastae, ut nomen quoque significare uidetur, ualde accōmodata erat; his de caussis exercitatio haec παμμάχιον uocata est quandoque, sicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus difficilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi renibus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exercitatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intelligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8. 1. de motu muscul. " " " "

C de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercendi ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pancratio exerceri consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum de salubri diaeta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant constituisse, inter exercendum προσάπτεσθαι, & σωματομαχεῖν, (erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungerentur, & toto corpore certarēt, sed nudi, ac sine complexu. Panaetius quoq. apud Gelium lib. 13. cap. 26. pancratiastarum gestus, & lusus huncin modum pinxit. Vt sunt Athletarum qui pācratiae (melius pancratiastae) uocantur, nam sicuti illi ad certandum uocati proiectis alte brachijs consistunt, capútq. & os suum manibus oppositis, quasi uallo praemoeniunt, membraq. eorum omnia, priusque pugna motu est, aut ad uitandos ictus cauta sunt aut ad faciendos parata, " " " " "

rata,

rata, &c. Hanc exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, perspicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemoniorum exercitationes decantans dixit: D

Et patitur duro vulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos multum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse credendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsi conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferẽdum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquem praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usque adeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarent, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mitylenaeus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Inuenio etiam quoddam pugnae genus apud ueteres pancrapum nominatum, sed aduersus bestias, tantummodo id committebatur, ut uidere licet apud Cassianum lib. collat. v. ca. xiiij. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedã species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autẽ erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erãt lora quaedam punctis interstincta; quae manibus & brachijs circumcirca alligabántur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, verum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie vocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit. E F

2. de tu. ua. cap. vlt.

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

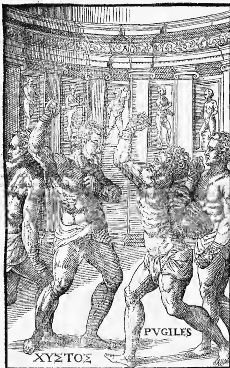
Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile

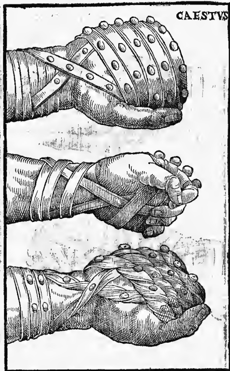
cognosci

A cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percusiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisque exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

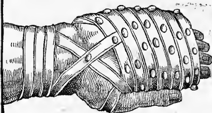
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amicum suspexit arenis.

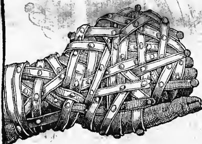
B similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, necnon cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus. 5. Aeneid. 5. metam.


PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A De Cursu. Cap. X.

NTER cetera, quae ob uitae conseruationẽ animalibus a natura tributa fuerunt, currẽdi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, siquidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendũ esset, cum multo tempore ad currendũ ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia a natura
B in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam cõseruandam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendã uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes, ut disputat Plutarchus ij. Sympos. v. ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque
C etiam quandoque in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currẽdi celeritatẽ, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quẽ similiter legitur, Endymionẽ filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse, nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi aĩal. gres. li. 15. d vsu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6. Eliacorum.

quam cursorem nisi seruum uoluisse, quod diceret, ingenuum non D nisi in sacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita cursum commendauit, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesq. tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit nō in stadio solum, sed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio, ut iure disputetur apud Plutarchū. ij. symp. antiquior ne fuerit in bellico, & concertatorio usu lucta, & pugilatus an cursus. Platonis sententiā secutus Vegetius in cōmentario de militari exercitatione scriptū reliquit, ad cursum praecipue iuuenes, qui militari disciplinae incumbunt, assuefaciendos esse, ut maiore impetu in hostem currant: ut loca opportuna celeriter, cum usu uenerit, occupent, uel aduersarijs idē facere uolentibus praeoccupent, ut ad explorandū alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius terga cōprehendant. Refert E Sallustius de Magni Pompeij exercitatione eum cū agilibus, saltu; cū uelocibus, cursu; cū ualidis, uecte certasse, neque aliter Sertorio aequandū umquā fuisse, nisi se, & suos milites huiuscemodi frequētibus exercitijs ad bella praeparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bellica maximi momenti fuisse, & quemadmodum athleticū quattuor praecipuas habuisse species, stadiū de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in stadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaulū, & armatum, in quorū postremo bis Callicratem uicisse scribit Pausanias, unde σαδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμι dicti sunt, horum exercitatores. Qui praeterea Aristotelem j. lib. magn. moral. & Galenum medicum in 2. & in 6. de tu. ual. libro non oscitanter uidit intelligere facile potest, cursum inter exercitationes sanitati ac bono F corporum habitui conferentes non exiguam partem habuisse: quādo etiā Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam censuit, primū locū cursui dedit, etsi non admodum percipio, quid epist. 3. indicare uoluerit dum se Hieram fecisse, quod raro euenit cursoribus, ait nam si (ut eruditissimus Muretus putat) pro Hiera mediā stadij lineam cōcipiamus quomodo cursores eam raro facere dicat, non satis assequor. Huius tres tantum species effecisse Antyllum reperio, alterā in anteriora currēdi, alterā in posteriora, alterā in orbem. quamuis itē apud Galenū & dolichū, & diaulum reperiri sciam, quorum alterum refert ipse Graecis continuatum diu cursum significare, quem tamen maior pars auctorū duplicis stadij spatium extitisse censet, alterū uero definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaque

8. de leg.

lib. 1. c 9.

lib Epi. 1 xv.

2. d tu. ua. cap. 10.

stadium

A stadium erat cursus unius tãtum stadij, dolichus duplex uno cursu stadium, diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credam perystilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiuscemodi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

Φημὶ πολυςιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μέσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν ςαδίῳ δόλιχον.
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν ςαδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνόμενον πνεύματος ἐςὶ τόνος.

Idem ex prouerbio μὴ ζήτει ἐν ςαδίῳ δόλιχον a Polluce lib. iij. ci-
B tato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori non esse quaerendam maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabant, prout necessitas, commoditasue postulabant, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quisquam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent; propterea quod loca similia cum haud quaquam omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdum homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia prodire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus extat Aristotelis sententia, quod curren- 1. partic. prob 30 &
tes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & partic. 38.5
C aspiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent.

De Saltu. *Cap. XI.*

VRSVI saltus, ἅλμα a Graecis gymnasticis uocatus, non parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a saltatione, de qua superius sermonem habuimus, lõge differre, nullus ambigit, cum opus alterius ὀρχεῖσθαι, alterius ἅλλεσθαι, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicam exercitationẽ effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum extitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullã pror-

Lib. 1. de re mili. c. 9. fus de illo mentionem fecerit sed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuuenes, qui militiae operam nauant, ad saltum praecipue exercendos esse, quo uel fossae transiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cum eiusmodi difficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero facultate saltum locũ habuisse, praeter Pindaricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum primum hoc uersiculo fecerunt. D

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος & πάλη,

idest,

Saltus, tum discus, tum lucta, & iacula, cursus,

testatur abunde Aristoteles, qui in libro de communi animalium gressu scriptum reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehensis maiorem, & concitatiorem saltum edere, quam non comprehensis quod itẽ post ipsum Theophrastus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruisse, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarum exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Oribasium diligentius omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiã habuit: quod exsilire, & saltare inter se differunt, quoniam πηδᾶν, siue exsilire est motus quidam cursui similis, quando scilicet eodem in loco corpus manet poplites in flectẽdo, & circumuehendo, saltus siue ἅλμα est motus ferme continuus in sublime, uel tamquam mediũ, uel tamquam metam nullis certis legibus, neque imitationibus terminatus, ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Senecam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltũ commendabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui saliaris, aut sulonius dicebatur. Exsilitione olim utebantur Lacenae mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nuncupatum, auctor est Plinius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltantes uacuis manibus seipsos in sublime agebant: de quo uerba faciens Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continẽtem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos E

Lib. 1. Epist 15. F

Lib. 14 cap. 8.

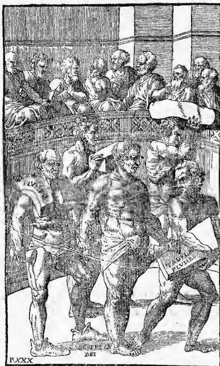
Lib. de cõi anl. gressu

p mpa

A pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & satigationem sentiunt; altero quando manibus ponduscula capiebant, ut illis firmati uehemẽtius saltarent, quae ponduscula tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἀλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἀλτῆρας aliud exercitationis genus exstitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de compo sit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnandum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halterũ diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidem, uel halteres manu gestent, quam si brachio in libro περὶ κόπων.

B inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλκτῆρες, & ἀλκτηρία, sed ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hanc uocem ἀλκτῆρες usurpatam inuenire mihi cõtigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athletis, quam ab alijs peragerетur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca continuatis saltibus saltabant, atq. tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & mensuram κανόνα dictũ habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam transiliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maio-

C rem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cũ simpliciter adscendere, quàm descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, vt melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestasse. quemadmodum uidere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus. v. Sect. pb. lib. d lassit.



An ea pódera dũtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciendã inseruirent, ita existimo, ijs, q grã ualetudinis exercebant, hũc finẽ habuisse. At alijs ad gloriã quãdã manẽ potius tẽdebãt, qđ. s. q maioribus põderibus onerati lõgius, & altius saltarẽt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarẽ-

A tur. Erãt quoq. qui supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus sal tarẽt; inter quos uictores ij cẽsebãtur, q ita sese dextere gerebãt, ut prae lubricitate humi nõ caderẽt. atq. hi pro uictoriae pmio utrẽ cũ uino fere bãt; q uero terrã natibus percutiebãt, nõ sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebãt. Id autẽ antiquitus obseruatũ in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabant, proditur, in quibus utres caprinis pel libus cõflati saltibus calcabãtur in caprarũ contẽptũ, q adeo uitibus inf. stae credũtur. De hoc Aristophanes ĩ Pluto: ἀσκωλίαζ ζεινταῦθα πρὸς τὼ αἴθεῖαν. i. hic sub dio supra utrẽ salta. & Eubulus apud Aristophanis interpretẽ: ἐ πρόσγ ετῶτο ἀσκὸν εἰς μέσον κατ αθέντες εἰσάλλεσθαι, ἐ καγχάζειν ἐπὶ τοῖς καταῤῥέουσι. i. Quare utrẽ in medio collocantes supra ipsum saltate, & eos qui humi ciciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georg. *Atque inter pocula laeti.*

B *Mollibus in pratis unctos salijere per utres*

Sed illud nõ ignorãdũ, qd̃ scriptũ est apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tãde his, q de uno sublevato pede, altero solo saltãtib., dictũ eẽ apd̃ ueteres.

De Disco & halteribus. Cap. XII.

DISCI iactũ inter exercitationes gymnasiorũ haudquaq̃ infimũ locũ habuisse, nõ modo Gal. clarissimis uerbis affirmauit, Propert. pdixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtissima quadã historia aperte isinuare uisus est, apud quẽ legitur, qd̃ cũ Apaturius Alabandeus Trallibus scenã excellẽtissime finxisset, adspectusq. eius propter asperitatẽ eblãdiretur oĩum uisus, & iã id opus pba re suissent parati, tũ Licinius Mathematicus pdijt, & ait Alabãdeos satis acutos ad oẽs res ciuiles haberi, sed pter nõ magnũ uitiũ indecẽtiae insipiẽtes eos esse iudicatos, qd̃ ĩ gymnasio eorũ, q sunt statuae oẽs, sũt 2. de tq. ua. Libro 3. lib. 7. c. 5.

C caussas agẽtes, in foro autẽ discos tenẽtes, aut currẽtes, seu pila ludẽtes: notauit. n. mathematicus qd̃, sicuti statuae caussas agẽtes fori sunt propriae, ita discũ tenentes gymnasij, & ob id indecentẽ inter locorũ pro prietates statũ signorũ publicae ciuitati uitiũ existimationis adiecisse dixit. Erat itq. antiquis illis discus gymnasij exercitatio, quã an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerẽt, nõ admodum mihi cõstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magnopere futuris optimis militibus cõmendat, d sci quoq. iaculationẽ subintelligi uoluerit, quemadmodũ Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillem Agamenoni iratũ Myrmidonas suos a pugnando remouisse, atq. illos ipsos ne torescerẽt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tãquã militibus aptis, exercuisse: quasi si nõ lacedẽdis hostibus, saltẽ uariae agilitati ipsorũ cõparãdae hmõi exercitatio accõmodata esset. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nõ in publicis certaminibus contẽdisse, manifestũ facere põt cõmunis auctorũ sentẽtia, qui inter athletarũ certamina discũ omnes uno ore adnumerãt, & praeter hos pictura, quã hic damus.

ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicēna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, di-

ſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotundum, quod aliquãdo adeo graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari poſſet: ueluti a D. Hieronymo de ſeipſo ſcriptum eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſim, nunquid in gymnaſio globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui ſcuti figuram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidiſſet, qui grauis, & comprehenſu difficilis erat, eum manu ſurſum extortum in aerem aliquos iaculari conſueuiſſe, ſubiungit: Aliquando etiam in uenio, inſtrumẽtum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quod ab Alexandro in ij. problem. (ſiue is Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus, quod magis ſuſpicor, extiterit) ſolis corpus δίσκος uocetur. Vocatus similiter fuit diſcus quadra rotunda, qua epulae in menſas ferebantur. Vnde δισκοφόροι appellati ſunt, qui quadris ferendis deſtinãtur.

B Sic legimus caput D. Ioannis Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe. Poſtremo diſcum inſtrumẽti, de quo nos loquimur, genus deſignaſſe reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita proditum inuenio. Interpres Homeri Euſtathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, ideſt, *ludebant diſcis*,

inquit: *δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σιδηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι*. Vnde ſecũdũ huius ſentẽtiã patere põt, diſcũ fuiſſe lapidẽ grauẽ, quẽ exercẽtes ſe proijciebãt, &, cum ferreus, erat, maſſam uocabant. Huic atteſtari uiſus eſt Martialis his uerſibus.

Splendida cum uolitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

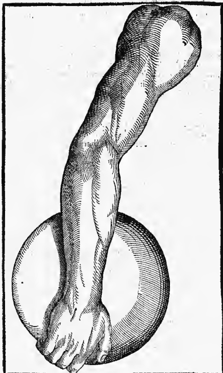
Alij, quibus ego aſſentior, crediderunt diſcum fuiſſe laminam quandam trium uel quatuor digitorum craſsitudine, lõgiorem paullo plus

C pede, alias lapideam, alias ferream, (aeneam quoq. ex ſepulcro Marci Mannij Philopatris Athletae in uia Salaria poſito ſe uidiſſe, teſtatus eſt nobis peritiſsimus Ligorius) cuiuſmodi maiorem partem, ne, dum ex alto rueret, frangerentur, fuiſſe puto, planam quaſi lentis ſpeciem referentem, quam in aerem proijciebant, ſed modo a iaculorum miſsione diuerſo, ſi quidẽ in mittendis iaculis brachia pandebant, mox prorſum impellebant contra in diſco manu ad pectus adducta, atq. extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar illum in aerem eiaculabantur, ut perbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

Miſsile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilem habuerit, praeter Dioſcoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expreſſa hic comprobat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioannis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis expreſſa poſitum uidere licet.

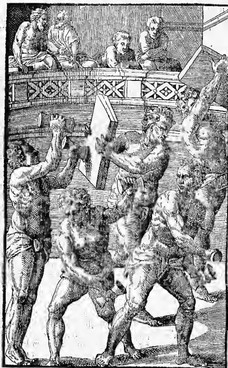
qđ itē oſtēdit alterius diſcoboli brachiū Lapideū hodie in magni Tuſciae ducis aedibus Pittis uocatis ſeruatū, ex q̄bus ſimiliter diſcū iaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctiſsimus Petrus Victorius aetatis noſtrae ornamētū, q̄ brachij figurā ad nos miſit.



Harum ſtatuarũ ſimiles alias duas diſcobolorũ fuiſſe ueriſimile eſt, quarum unã ex aere Myronem praeclariſsimum ſtatuariũ finxiſſe, a Quinctiliano celebratam; aliã Tauriſcum pictorẽ illuſtrem excel-

lenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formā disci una cū praedictis testi D
monijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nūquā certe affirmare ausus esset, discū pilā rotundā in medio perforatā fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quālibet rem orbiculatā praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; qm̄ D. Cyprianus in lib. de spectaculis discū uocat orbē aeneū, & in Marci Aurelij Imp. nūmis quibusdā Apolloniae Illirij excusis, quorū exēplar supra positū est, huiusmodi Discobolorū lusus repraesentatur, in quo discū quadrā quandā orbiculatā, & in medio perforatā fuisse apparet. Vt hinc conijciā, non unā discorū formā exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uterētur. Illud attamē praetereundū nō est, in disco iaculando artē quādā, ut Pindari interpres ostēdit, necessariā exstitisse; alioqui iaculatores laude frustrati deridebātur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant, quod a Phoebo actū fuit, quē disco Hyacinthū in- E
terfecisse fabulantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Graecis appellatū, qd' in palaestra actitari solitū scribit Galenus. hoc ab halteribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, manibus cōprehēdere cōsueuisse, demōstrauimus, diuersum fuisse aperte declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiū ita scripta reperiūtur in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων, ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ βραχεῖάν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων, καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ συνένευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερσὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. i. de Halteris iaculatione. Differentia autē est halterū ipsorū, aut enim proijciuntur manibus extensis & uicissim inflexis, aut in manuū protensione, quae F
quiescunt, & ut plurimū breui motu mouētur, solū continentur; ipsi uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutiebant, uel qui se exercebant, secūdum dorsi assensum manibus uicissim se flectebāt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halteres huiuscemodi ex eadem materia, atque eadē forma, qua saltatorum pōdera esse possent, nihilominus ab illis differebāt, quod nō modo manibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiā uarijs modis emitterentur, perinde ac tēporibus nostris apud multos in usu habetur, qui sese exercent, aut pilam, aut lapidē vel terreū, uel plumbeū manibus, ac brachijs extēsis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit Aretaeus, auctor nō minus probatus, quam antiquus; ubi in dolore capitis τῇ ἁλτήρων βολῇ cōmendauit. Et ut possit certior formae huiusce exercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarū imagines, quas ex gēmis antiquis sculptis acceptas ad nos misit Pyrrhus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquã D
do capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἀλτῆρος ἀλτῆρα nõ pa
rum differre: quandoquidem ἀλτὴρ exercitationis genus iam a no
bis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehen
di solita significat, ἀλτῆρα uero genus fuisse orchesticae, siue salta-
tionis apud Sycionios usitatũ refert Athenaeus. quo nomine Itha-
censes quoq. unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna at-
que aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uer
sibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicũ
atq. erroneũ significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres,
nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in v. Elia-
corum scripsit in hunc modũ: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέχοντο σχῆ-
μα τοιόνδε κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφε-
ρεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηνται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διϊέ- E
ναι, καθάπερ διὰ ὀχάνων ἀσπίδος. id est, Hi autem halteres circuli ob
longioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotun-
ditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum
digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuer-
Li. 4. chro. cap. 2. sius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos an-
tiquos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emollien-
dam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras ap-
pellant, tum mouẽdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plum-
bo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis
elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs
materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magni-
tudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum so-
lis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, de- F
inde inter proijciendum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt
hisce temporibus multi, qui sicaut rotulas ferreas, aut caseos, aut
quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone
inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas
exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opi-
nor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs
exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλ-
λωμένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus
a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam &
ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eij-
cere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus
emissi ἀλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissen
taneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funicu-
lum

A lum quendam fuisse, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum ansula ne exiret, altero sine ut dimitti posset, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimisso uehementer proijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de causis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum asperorum attrectatione nocumentum accederet, altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proicerentur. unde Dauidem ad prosternendum Goliatem funda uti uoluisse existimo, quoniam aduersus robustissimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus esse cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium insularum populos usq. adeo celebrabatur, ut matres filiis suos alijs auibus uesci non paterentur, nisi lib.7.c.56.
B quas funda sibiipsis comparassent.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uersu appellauit.

Stuppea torquentur Balearis verbera fundae. 1.Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib.ij. Metamorph.

Non secus exarsit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: volat illud, & incandescit eundo.

Quod vero bellica gymnastica huiusmodi exercitationem in usu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unusquisque cognoscere potest.

C *De Iaculatione.* *Cap. XIII.*

VAMVIS τῆς πάσης ῥίψεως siue iaculationis omnis nomine apud Platonem quãdoq. omnem siue lapidis, siue iaculi, siue alicuius alterius proiectionem nosse ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius species esse 8. de legi. dialogo uidetur, alterã τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aesculapium praesides extitisse tradit Galenus; nos primam sagittationem, secundam iaculationem cunctos fere Latinos secuti nuncupabimus. sagittationem tribus praecipuis modis fieri solitam inuenio tum, solis amentis, de quibus Silius lib.14. 7.de leg.

hasta iuuatur amento

cum arcubus, tum balistis, quibus sagittas subtiles, exilesq. ingen-

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur, atq. D
hi communi appellatione τοξόται uel τοξόται uocabantur; unde
uenenū quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Aegineta medicus; quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent:
Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur,
uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumque
graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mouebant, ἀκοντίζοντες autē siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum tēporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq.
tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis nō paucis uiribus
Li. de aere, aquis, & locis. indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis
prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum intendere, ne- E
que telum contorquere potuisse memoriae mandauit, qui pariter
in initio libri de fracturis dicebat brachij figuram aliam esse ἐν ἀκοντισμῷ κατὰ φύσιν, ἄλλο δὲ ἐν σφενδονήσει, ἄλλο ἢ ἐν λιθοβολίησιν,
ἄλλο ἐν πυγμῇ. i. in iaculatione fundiarum, & lapidum emissione,
necnon pugilatu. Habebātuero, qui sic exercebantur, terminos, &
scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. qđ explicauit Horatius hoc uersu.

Saepe disco,
Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Lib. 1 car. ode. 8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti
li. de re milit. quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus anti-
li. 10. c. 15. quos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad institutum nostrum minime pertinet: quas uero nos sagittationes, & ia- F
culationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam
propias sibi exercitationes complectitur. Quod enim medicinae
gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) in-
In suasau. ad bo. ar. de tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno,
eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem
nempe atq. Aesculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam
cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud
priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos lusce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas
Loco cit. Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari

con-

A consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiā quantopere iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittādi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atque multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq.
B exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atque etiam Imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, & Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei Libro 1.
C filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, Plinius. lib. 7. c. 56. quasque plumbatas fuisse existimamus: quamplurimorum, & praesertim Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ducti, qui in 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

Explicit Liber Secundus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.

VLTAS exercitationũ species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quã illae, quarum maior pars tametsi haudquaquã in gymnasijs praecipue peragerentur, neq. itẽ ad saltatoriã pertineret, in quã, & palaestricam uisi sumus superiori li E
bro uniuersam gymnasticã distribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si nõ proprie, saltẽ cõmuniter exercitationes uocari merẽtur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debẽt. Amplius eadẽ ad bonum habitum corporis, atq. ad ualetudinẽ cõferre oẽs medici fatentur: unde, cum studiũ nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas oẽs corporis exercitationes tradamus, q̃ & ualetudinẽ iuuare, & optimũ corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam cõsiderare statuerimus, uel unũ aliquod intractatum relinquere praeter ordinẽ, & praeter institutũ nostrũ foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonẽ habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atq. adhuc in sequẽ F
tibus idẽ facturi simus: propterea quod primũ atq. praecipuum cõsilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de caussis reliqua adiunximus, tum ut aliarũ duarũ condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae cõfuse de singulis simul, uel indistinctẽ saltẽ ab auctoribus tam Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctioni bus nostris perfecte discerni possent, neq. ulla lectoribus errãdi occasio relinqueretur, tum quia eaedẽ exercitationes ab athletis, a militiae studiosis, & deniq. a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonẽ habuissemus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores pepe-

risset,

A riflet, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeque uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendũ subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab omnibus

B recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret.

De ambulatione. *Cap. II.*

QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodã artificio, singularique, & pro-

C pe diuina prouidentia nobis pedes nõ ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã, ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto existit deambulatio, quam non

3. de usu partium.

modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, D uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maioris curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur. quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cēserit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoque solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

lib. 5. c. 9.

5. de tu. ua. cap. 11.

E

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.
& Propertius libro 2.
Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neque Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de F oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulātium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri extruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudo relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumento quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero dissimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

l. 12 c. 1.

cum

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias, nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. (li. epist. 2. & 5.) De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare possint? Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sa-
B nitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, (In Oecon.) & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi
C dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambulasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere adiumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitatio ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, (lib 1 de re mil cap. 9. & penult.) nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci-

tationmultas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine desumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definierit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, & Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo arenosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, modo longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambulationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus adhibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquam enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietem tamquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, acuomitiones, atq. uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus, potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, apotherapia interdum utebantur, quod Galenus summopere laudandum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad excitandam sitim ambulatione usos esse. nam in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capacior ad cenam ueniret guttur.

D E F

3. de usu partium.

In. Oecon.

Coeli' Au. li. Chron. 2. cap. 3. lib. de causis procat.

3. de tu. ua. cap. 2.

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.

Qui rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. Atquoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulāt, saltem aliquo pacto moueri, propterea que statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo

modo

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exsistere, cui motui statum plane contrarium esse praeter ceteros Plato ubiq. praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motum ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibiliter nullo modo uideantur, attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, nō quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, in motu In Soph.
B esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur, quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto caussam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atque naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationē sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis stantibus, quorum
C corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob continuos, & contrarios animae corporisque obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lassitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque Lib. de tre. & rig.
Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contrarium

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles. 5. Physi- D
corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui
contrarium esse demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem
aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex
ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus
satis comprobatur; erectos stantes aliquo pacto moueri, atque
interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nõ ob id
status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio desi
niatur esse motus, & ipse minime motus appellationem mereatur,
quinimmo sicuti quãplures motus, qui sanitati, & bono habitui cõ-
ferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cõmu
niter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & sta
re erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vn-
de sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi in-
nuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando deti-
netur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quen-
dam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in
cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod
a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num
uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiusce-
modi statum receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim
cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis
imitatores recti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi
roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium ute-
bantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi
uerisimile redditur. Quod quacsi certamen in stando solum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret,
aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret,
uthorum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos di-
camus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob
aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitu-
dinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq.
sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum,
necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur,
isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Sci-
pionẽ Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mil-
le passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum es-
set. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse,
ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo
dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus vsque in vngues.
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus reputantur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Aesculapiũ salutat? cum detecto capite sem per ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demõstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquam uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus Imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpori anima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercita-

tionis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accomodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo differt, quisne erectus sub sole stet (ὑλιϊθερεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur nisi eam, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alteratio-
5. partic. Prob. 34. nem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illos qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos ope a motus obtinere omnes quotidie experiuntur ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari cre- E
Epist. lib. 3. & 6. ditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoquo prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non extiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis handquaquam apti sunt, siue sani, siue ualetudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro F ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

De pugnarum generibus. *Cap. IV.*

QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atq. Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi-

cis

A eis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerêtur, populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atq. sanitatê ipsam acquirerent, tuerenturq. hos apud Euseb. viij. Hist. Eccl. cap. xviij. Μαχήτας nuncupatos existimo, ut ij, qui pugiles eo in loco transtulerût inepte fefellerint. Quomodo uero efficeretur, quoniam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando haudquaquam imm morabor: illud solû praetermittere nolo, apud Oribasiû duplicê pugnam in medicinae gymnastica exstitisse: alteram cû telis semper, alteram plerumq. sine telis, quam σκιαμαχίαν Graeci, umbratilê pugnâ uocarunt nostri. telorû pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, uel incidentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomê antiquitus utraq. sortita fuit, &

B a Coelio Aureliano hoplomachia hoc est armorû ficta côfrixio uocata, nec non ad diminuendam πολυσαρκίαν laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo aduersus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, pter Platonê, q & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus sine aduersario dixit, auctor est Oribasius, q ex Antylli sentêtia tradit, ita certantes côsuesse nô solum cum umbra manibus, atq. cruribus pugnare, uerû etiâ aduersus columnam, & aduersus palum, de quo fecit mentionê Iuuenalis, aut murû, nec non aliquando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam salientes, interdû tamquâ pedibus cedentes, id quod tunc potissimû ueteres facere côsueuisse opinor, quando antimachus siue aduersarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat, ut non posset minimû quid damni pati, quod accidere solet illis, qui armis 5. chro. pa. cap. ulti. Sat. 6.

C quibusuis aduersum alterum contêdere solent. Primû enim illud innuisse uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, τῶν τε ἐμψύχων, 7. de leg. & τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντες ποτε, ἐρημίᾳ συγγυμναστῶν, ἆρά γε οὐκ ,, ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκιαμαχεῖν: hoc est, Si ,, oîbus animatis & inanimis careamus, nûquid nos ob eorû, qui nobiscû exerceantur, inopiâ, aduersus nosmetipsos uere umbratili pugna certare audebimus. & post ipsum Plutar. î 7. Prob. côuiuialiû: Prob. 10. ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἴκοι ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα: idest, Sed uideo, ait, uos iam vmbratili pugna aduersus idola certare paratos. Neq. uero admirari quis debet, qđ antiquos cum umbris pugnasse (quasi id ridiculû sit) affirmarim; quoniam etiam hisce têporibus nô pauci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, aduersus aerem pugnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius abest, uel qñ a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus loquês dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, i. Ita pugnis certo, quasi

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & brachijs nudis huiusce modi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaq. fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationũ loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc nō reciperit. quod enim athletica uetustissimis usq. tēporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plutarchũ habemus, qui in 5. Sympos. scriptũ reliquit, antiquitus monomachiam, s. aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabatur, usq. ad mortem deuictorũ cadentiumq. iugulationem procedere cōsueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo priscum morē retinuisse, ut aestatis tēpore monomachias uocatas exercerent, quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorũ spectacula nō modo in festis, atq. amphitheatris, uerũ etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinē mutuatos adhibuisse; quamuis Romani nō monomachos, sed gladiatores hos oēs nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnātes Smaragdo Neronē spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artē plurimis absurdis plenā exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci posint, nonnulla de ipsis breuiter exponā. Nam illud primum detestandũ plane habebant, quod certantes quã grauius poterant, sese ferire studebant, & non solũ (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messalinae aetate medicinā Romae exercuit) cōtusiones in luctationibus patiebantur, sed etiā non raro usq. ad alterius, uel etiam amborũ pugnantium interitũ certamen protēdebatur: quemadmodũ, praeter Athenaeum, atq. Plutarchũ, Galenus quoq. testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis pōtifice in eorũ medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnādũ pugnae hanc propositā sorte fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occūbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius 2. Tusculanarũ quaestionũ memoriae mandauit, athletas etiā uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactũ ijs esset, se uelle decũbere. nã usq, adeo

[Margin notes: 2. Prob. (beside "tarchũ habemus"); Lib. 15. ca. 18 & lib. 37. c. 5. (beside "Neronē spectasse"); 3. de cōp. me. p gen. (beside "Galenus quoq."); Lib. 7 c. 3 (beside "fuisse scribit")]

A adeo mortem, ac vulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec multũ mutarent, huiusmodi uero nefandas hominũ caedes cũ sustinere oculis non posset optimus Imperator Antoninus narrat Dion eum edicto cauisse, ut gladiatores nõ acuto ferro, sed obtusis gladijs, & teretibus dimicarent, quod hodie factitant qui pugnandi arti discendae operã nauant. Secunda turpitudinis species, qua mo nomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidẽ Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguinẽ ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem B pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaq. de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatũ est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinẽ crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & arui nae toris membrorũ moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis posit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, qd acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris obijciunt, quos nemo damnauit, aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriãtur, pugnant ad bestias nõ crimine, sed furore: spectãt filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi C licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tãq. diris esse se nõ putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationẽ hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatẽ ostendendam, nil luculentius haberi posit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue cõsulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atq. maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerẽt, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in

lib. 17 c. 7. Primo de alim. fac.

lib. 28 c. 1. & li. 36. c. ulti.

li. 2 epist.

lib. 35. c. 7.

in foro per triduum suo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod D
uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiterentur,
mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo simul
ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte cũ Ga
3. de frac. lenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos, cũ Athe-
lib. hist. 1. naeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam exercuisse,
cum Herodianus, atq. Iulius Capitolinus Commodum Imperato-
rem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis theatris, spreta Im-
peratoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scribant. cum tra
dant alij Imperatores ad bellum profecturos munus gladiatorium,
ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium sanguine sic effuso pu-
Spartianus gnae quadam imagine Nemesis se, id est Fortunae uis quaedam ex-
ĩ Pupieno; pleret, uel ut insuescerent milites uulnera, atq. caedes inspectare.
& Albino. qua item ratione Solon apud Lucianum narrat legem Athenien- E
In Anach. sibus fuisse, ut iuuenes coturnicibus siue qualeis, ac gallis pugnan-
tibus spectandis studium impēderent, quo illi uolucres usq. ad ex-
tremam uirium defectionem rostris certantes, intuentes, ad fortiter
subeunda pericula, & contemnenda uulnera, ne auibus ingenero-
siores apparerent, inflammarentur, cuius studij mentionem quoq.
fecit Aeschines contra Timarchum, & Columella libri octaui cap.
2. Cum inquam haec omnia mente contemplor, quasi credere co-
gor, tum nobiles aliquãdo, tum ignobiles ut plurimum athleticam
hanc atq. gladiatoriam pugnandi speciem exercuisse: quãdo etiam
apud Athenaeũ reperio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcher
rimae etiam puellae monomachorum instar decertarẽt, aut qui in
delicijs fuissent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acu-
torum pugnam inter athletarum exercitationes adnumerandã esse. F
quos sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam
exercuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius
athleta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pu-
gnandi excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque
in umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi cer-
tius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nomi-
cap. nibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν
περὶ δυ- ἀπειρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ' εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμε-
νάμεως νοι, κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκια
" μαχοῦντες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: i. Quod sa-
piens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur,
qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis
uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna
certan-

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: eum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, necumquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Huius meminit quoque Plato 7. de leg. Aristoteles in Polit. & Iuuenalis Saty. 6. lib. 1. de re milit.

aut quis non videt vulnera pali.
Quem cauat assiduis sudibus, scutoq. lacessit
Atque omnes implet numeros,

Ad haec bellicā gymnasticā, pugnarum armatarū utrarumq. exercitationibus minime caruisse, abunde demōstratū est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce 7 de legib.
B exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari oēs docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendū exercerentur, rudia tela plerumq. in usum uenisse. quod enim huiuscemodi cōcertationes maximā ad belli peritiā utilitatē praestarent, nemo qui hisce tēporibus eorū professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarē monomachiam illā fuisse, quā Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso Athenæus lib.4.
C autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus conducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones edisc ebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ut micare non possent, & sex pedibus eminerent: contra illum palum ue- lib. 1. de re milit. c. 11.

luti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque D exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus mi naretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insiliret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum om ni impetu, omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medici-
6.collect. nae gymnasticа hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille, qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ua letudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusque telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inue xisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiã armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui condu E centem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum, quam um-
2.de tu.sa. c.11. & 12. brae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam com mendauit, hoplomachiam uero a Damca inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. Quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus,
Lib.8. nec non Martialis, qui medicum quendam hoplomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter & praesertim in ocu lis ferientem, hisce uersibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus. F

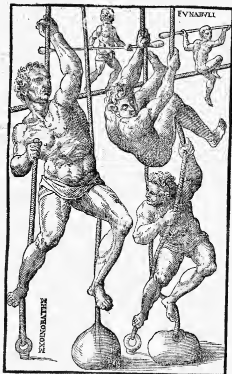
Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuius esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant enarrandae, antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.

RAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occasiones postulabant, age rentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίω ἀναρριχᾶσθαι τὸ ἀκρο-

χειρί-

A χειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adscendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pytilissare. Quomodo sese per funes adscendendo exercerent, sine labore cognosci potest ex hac, quae in sculptis gemmis ueterum spectatur, descriptione. Vnde iure similem exercitationem inter uehementes Galenum reposuisse colligitur. nam funambulos, schenobatas a Martiale Satyra iij. uocatos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuisse, non modo ex praedicto icone recognoscitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletissimo hoc testimonio confirmatur: Ita ,,
populus studio stupidus in funambulo animum occuparat. Fu- ,,
nambulis non admodum dissimile fuit genus id ludi, quod apud Hesychium, & Pollucem σκαπάρδα uocatum inuenitur, in eo
B enim trabs solo depacta erigebatur in cuius summo foramen erat per quod funis traijciebatur ex una parte funiculi, alter auersus circumlegabatur, alter ab altera trahebat, sique trahens socium usq. ad summum traxerat protinus uictor denunciabatur, sin alter resistens minime se trahi sinebat, penes ipsum uictoria iudicabatur.

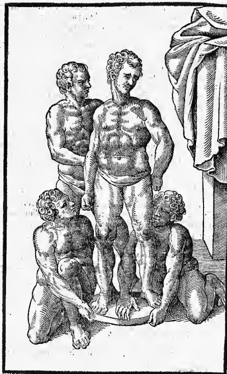

FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non defuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. valet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειρισὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, vt non prius eos dimitteret, 6. Eliac.
B quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicunque pariter militari gloriae inuigilabant. interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis exercitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Aegineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum se cuti, qui in libris de diaeta acrochirismum varijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum vterque verbis plane ijsdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque vicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans 2. de tu. va. cap. lib. 2. li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2.
C uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem; alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, qua e manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de- In Misc. In vita Lycurgi.

fatigari: de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scaliger D
Sat. 11. legebat.

Qui Lacedemonium pitylismate lubricat orbem.

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec
2. de tu. ua. enumerantur aliae exercitationes a Galeno, veluti si cuipiam alter iussisset, vt se violenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, verumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, moueretq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, vt ex praesente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pu D gnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum cõferre credebatur, quẽadmodum item cum alterum quis medium cõplexus, aut etiã ipse medio cõprehensus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem cõplectebatur absoluere sese iubebat, aut ipse se a cõplectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus ilia manibus complexus, seu onus aliquod sublatũ inuicem protendebat, reducebatq., ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuq. corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam om- E nes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quã exercitationes per se separatae erant. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πη ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ὑπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. i. Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmet ipsos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea ludunt, quando ab utrisq. capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quãdo describens ludum distractorum haec verba habet: ἡ δὲ διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὲν ἀλλὰ καὶ F ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἑλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἕς τ' ἂν καθ' ἕνα μεταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc est. Dielcystinda autem, plerumq. in palaestris luditur, ueruntamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siq. ad illam partem transmigrauerint, penes illam uistoria est.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*

SPIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praesertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. ualet. lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos nõ infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti

thoracis

A thoracis musculi, qui circa costas habentur, usqueadeo intenduntur, coguntur que, ut expiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusque generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraque spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae duplicem spirationis cohibitionem in usu habebant,
B alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoque musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undique compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trursus propulsusque fuerit, etiam penitus pertransire, extenuati iam excre-
C menti secum nonnihil arripit; quinimmo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu uraque coacta. ut nemo his rationibus pespectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionem, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter, deinceps uehemen-

Prob. sect. 33.

3. de Sympto. causis

uehementius & diutius spirationem inflatis buccis contineri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. secundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκπορευομένης agenda, antiquos medicos uoluisse reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forsan non uterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, siue spectatorum oblectationem assequendam ipsis deseruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes spiritus quoque retentione duabus de causis usos credo, tum ut a lassitudine recrearentur, perspirabileque simul & purum ad subsequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus significasse uidetur; tum (quod rationi magis consentit) ut maius robur in impulsionibus, compressionibus, saltibus, atq. similibus ex spiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodã modo uires effici, si spiritus detineatur, quotidie declarant onera gestantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius sustinere queant, spirationem cohibere cernimus, quasi ex tali retentione spiritus intus aucti, ex robur crescere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, sicuti dicebat Aristoteles, retentus spiritus uenas implet, itaque humores exire, diffluereue non patitur: vnde postea retentis illis neque laborantes sudoribus diffluunt, delassanturue, neque uis, quam in humoribus, spiritibus, & membris solidis consistere medici omnes fatentur, ulla ex parte flaccescere, aut diminui solet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis sanitatis, consueuisse aliptas, dum athletas fricabant, ipsis iubere, ut spiritum interciperent, sicque fricationibus contra niterentur, quasi ita partes corporis inunctas, & contrectatas distenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τυρῶντας, τείνοντας, legendum esse, omnis ratio psuadet: etsi bonus. Erasmus diligens nimis interpres hoc non viderit. Ex quibus omnibus clarum efficitur, athleticam gymnasticam non parum ex spiritus retẽtione adiumenti capere consueuisse, quemadmodum medicinae gymnasticos eandem quam plurimum aestimasse (ni fallor) abunde probatum est. Immo vero etiam athletas ostentationis, & spectatorum voluptatis gratia in spiritus retentione se quãdoque exercuisse. inde conijcere licet, quod Milonem illum, capite, & praesertim fronte ac etiam costis & pectore robustis vittis ligato tamdiu spiritũ retinuisse legimus, quousq. prae impetu intumescentes venae ligamina illa discinderent. id quod satis confirmare possunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illustrissimi Ferrariae Principis summi bonorum patroni signa se inuenisse, atq; ab eis hasce.

3. de tu. va. cap. 2.

2. partic. prob. 1.

propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. videre D
licet fascias pectori, & costis vt meminit Galenus circumuolutas, tum ventres atque scrotam (sicut fit in ualidis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint raso capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atque cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Vociferatione, & risu. Cap. VII.

E

INTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles, & Galenus praeclarissimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquam de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de uociferatione scriptis tradiderit, quasique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatã fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professionis aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conserendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus F

lib. 1. ser. 3. cap. 5.
li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
3. de bello ciuili.

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerũt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae cōferre. Duo solum hominũ genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorũ gymnasticos. Histrionicã enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiũ recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus tēporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari cōsueuisse. ob qđ uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uociferationis certamina a Coelio Au B reliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta proposi-tis uictori praemijs instituerentur. quem moremusque ad Galeni tēpora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamē torum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos, s. praecones, nec non tragoediã, ac comoediam personatos repraesentantes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drammatibus, rhapsodijs, alijsue imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, C atq. ijs interdum uniformibus, interdũ uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijsue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit.

11. & 19. partic.

lib. 5. chro. cap. ult.

In Ione.

19 partic. prob.

li 7. c. 25.

Menophili penem tam grandis fibula vestit,
Vt sit Comoedijs omnibus una satis. & alibi:
Dum ludit media populo spectante palaestra,

Lib 7.

Heu

Heu cecidit misero fibula, verpus erat. D

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat. 6. *Soluitur his magno Comoedi fibula.* &

Si gaudet cantu nullius fibula durat

Vocem uendentis praetoribus.

Satis itaq. constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum tẽporibus in usu extitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artẽ phonascicam a Theophrasto fuisse appellatã. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundũ Pausaniã imagine theatri constructum habuisse, in quẽ deferebantur poemata, priusquã in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ὠδεῖον a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatũ, in hoc uocis exercitationes, E atq. certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronẽ, musicũ certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atq. psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorũ exedris, in quibus philosophos, & rethores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, sẽ ipsosq. exercuisse suspicor, cũ ad formandas excollendasque uoces alios in concauis locis, alios prope maris littora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus, quẽ Demosthenem cum lingua ob spiritus imbecillitatẽ haesitaret Neoptolemo histrioni decẽ millia drachmarum numerasse, ut cũ uno spiritu uersuum periodos proferre faceret auctor est Plutarchus in decẽ oratoribus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes F ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντισεόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Cornelium Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem cõmendasse, similiter & Coeliũ Aurelianum antiquum inter latinos medicum in dolore capitis uocis exercitiũ anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idem adhibito praeceptore administrandum

In Prot. In lib. de tuen. san. In xix. par tic. prob.

lib. 1. c. 8. lib. 1 chro. c. 1. & lib. 2. cap. 6.

lib. 1. Atti.

A strandum consuluisse, ad credendū adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli tēporibus ipsa maius incremē tum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis compro batum erat, exercitationē uocis rite initam non modo ad uocis con seruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinē, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, utpote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorē excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Gale nus, Thessalum illū, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in exi B stimatione habitum & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demōstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cū aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spōgia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquā prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere ui debantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestātius iudicabatur memoria recitare, quā legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quā nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabantur, uocē quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eam redigendo: deinde cum non multū in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiū erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriū, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorū, de quibus Plutarchus in libro, quē de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quā sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiusce modi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de tu. ual.

4 Meth lib. 29 c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet

pertinet & illud, quod a Plinio lib. xxxiv. cap. xviii. relatum est, D
Neronem Principem lamina pectori imposita sub ea cantica exclamantem alendis uocibus demonstrasse rationem. Et quoniam diximus, in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & modulos obtinuisse, merito quis a nobis sciscitari posset, qua ratione illud factum credamus, cum Plato compluribus in locis diuersam & paene contrariam gymnasticae musicam effecerit, quod altera animum, altera corpus respiciat. Cui respondendum esse iudico, musicam prout ex rythmis, melodijs, harmonijsque composita est, omnino a gymnastica separari, quia sic animorũ solatio atque iucunditati solummodo studet, moresq. hominum aliquo pacto componere apta est: ob quod eam Plato & Aristoteles in optimis rebus publicis pueris addiscendam statuerunt. Quatenus uero musica ipsa uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios sonos, E
qui nõ sine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnastica eam locũ obtinere perspicuum fit. cuius rei illa assignari ratio potest, quod musica tota ordinatis uocis motibus plena exsistit, qui secundum Aristotelis sententiam naturam uiresq. nostras & augent,

19. partic. Prob. 38. & seruant. ut hac de causa nemo infitiari debeat, quin musica, perinde ac uociferatio gymnasticae, medicorum exercitatio quaedam reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus saepe testatum

lib. chron. cap. 5. & ii. a. c. 4. & 13 fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocis ue abscissione curandis modo uocis exercitium musico monitore compositum, modo anaphonesim adhibito praeceptore, & temporum ordine seruato, modo eandem sub magisterio aliptae, uel musici praecipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gymnasticas uocis exercitationes recenseri debere censeo, nempe qui ul- F
tra clamores, atq. ululatus, quos fere semper sibi associatos gerunt, lacrymasque eliciendo excrementa capitis aliarum multarum exercitationum instar exinanire possunt. Et icciréo Aristoteles

7. Polit. cap. ult. iure eos improbandos esse uoluit, qui pueris lege ploratus prohibent: ita enim ab ipso scriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
" παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
" τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
" γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
" ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id est: Puerorum uero distensiones atq. ploratus, qui in legibus prohibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum sint quodammodo exercitationes corporum, spiritus nanque cohibitio laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-

stensis

A stensis contingit. Ex quibus plane patet Aristotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem censere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiscere consueuisse memoriae mādauit, quasi illud ad augendas actionum vires non parum adiuuaret. Risum pariter si quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (siue is titillatio praecordiorum exsistat, quemadmodum Aristoteles sensit, siue, vt est apud Meletium, motio quae in facie exsistentes musculos distendat, siue muscularis dilatamenti motus, qui a spiritus agitatione ab intimis visceribus impellitur, siue quid aliud sensum atque intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora nostra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non videt hominibus, dum rident, tota uiscera commoueri, ignescere faciem, caput & pectus concuti? innumerisque fere affectionibus eorum statum affici, quae B sicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoque alios non parum iuuerunt, vt falsum dixisse apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme constet, qui risum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodesse credidit.

2. Tusc. q.

2. de part. animaliū. & 35. part. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilasia, Troco, Petauro, & Pilamalleo *Cap. IIX.*

I ea omnia, quae antiquis temporibus vsitata, ac, vt sic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, sicut de anatomica arte narrat Galenus, peruenissent, aut ab auctoribus scriptis mandata non interiissent, multos profecto labores, quos homines quotidie in obscuris, ac anti- C quatis rebus ad lucem reuocandis sustinent, citra vllam iacturam effugissent. sed quoniam alia temporis diuturnitate, asperitateque obsoleuerunt, alia difficili obscuritate deprauata sunt, alia scriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam saeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum est, vt in dies cogantur homines obsoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemque neglectis & deturpatis splendorem restituere, nec non in tanta obscuritate coacti, somniantes quandoque a veritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque similem prouinciam susceperim, qui artem gymnasticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obscuratam, & emortuam ad lucem reducere studeo, mihi tanto maiore excusatione dignus videor, quanto pauciores, aut fere nulli scriptores supersunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmãdum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam *κρικηλασίας*, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum .6. ad Iulianum leguntur. D

cap. 26. Ἐλάσσονα δὲ ἐχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώ- E
,, που, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ μὴ
,, κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλαγιασμένον, ἔσω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύ-
,, λινον ἔχων τὴν λαβήν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ
,, τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττούς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει, ἀλλ' ὁ ψό-
,, φος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ,
,, idest, Habeat uero circulus diametrũ hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usq. ad mammas pertingat, neq. secundũ longitudinẽ, sed in trãsuersum impellatur, si autẽ impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarũt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnũm, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse, a quo ducta metaphora M. Cicero ij. epist. ad Atti. ix. scripsit. festiue mihi crede, & minore sonitu quam putaram orbis hic in repub. est conuersus, sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formam & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum: F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest, at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerumtamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur,

ut,

A ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius, cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam Iuuenalis Saty.14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem
& Martialis libro 11.
Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur affere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius
B meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumentum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ἢ πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Aegyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atque Tiberij Caesarum numini, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.

OSCILLAE VEL PETAVRV̄

A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quo ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lusores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absonum est raptorium illud machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsummet petaurum, uel saltem non ei dissimile fuisse. Iam uero si quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilasiae aequiparari queat, id profecto est trochus, quem Martialis ita pluribus in locis descripsit. 5. chron. cap. ult.

Inducenda rota est, das nobis vtile munus, lib. 14.
Iste trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe vagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. &
B *Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,* lib. 11.
Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui sono spectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulsor cum an sa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & versi clauis adunca trochi. lib. 3.

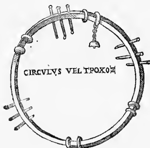
quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum extiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, mi-
C nime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus turbinis, quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. idest:
At pueri scytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quisq. suum in triuio.

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus 7. Aeneid.

Ceu quondam torto uolitans sub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro vacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur spatijs, stupet inscia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum
Gymnastica.

Dant animos plagae, D
minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruā gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura, E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumēto expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, disciue, trochiue quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat: pro-

A procul dubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formam habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab'hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exercitatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam in- loc citatis.
B ter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur, quas condiciones apprime nostra pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent.

De Equitatione. *Cap. IX.*

ACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidē sponte, & quodā modo libere mouebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur.
C quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellerophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellerophontē Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usq. adeo creuit, ut Hippocratis tēpore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus

3. de tu ua.

lib. 7 c. 56.

lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
1.Rheto. sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quinta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium
7.Metho. equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Galenus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent, si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut studiosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quem- F admodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisque coniectura assequi potest.

lib.11. *Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis*
Peruenit, & uictor praemia plura refert,
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni.
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fuisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum uiridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.

Has uero in fauendo diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quorumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis uestitur, Gallia rufis, lib. 14.
Et placet hic pueris, militibusq. color.

& ob hocquicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem
B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba.

Cuius equi uenient, facito studiose requiras, 1. de arte amandi.
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticã uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testa tus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes eui-
C denter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponẽs sic loquitur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμενος ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατόν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. i. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitatione illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuẽdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόν-

Margin notes: "8. de leg." (beside "ceri statuit"); "In Oecon." (beside "quem Ischomachus").

τως γε μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμένους χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc est. Per Iunonem o Ischomache sic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim sanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim, & Ischomachi, & Socratis sermonibus clarissimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas disciplinas comparandas equitationibus usos. Quod uero medicorum gymnastae equitationes ad sanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam D

2. de tu. ua. cap. 11. orationem, unum Galeni testimonium sufficere deberet: qui inter reliquas gymnasticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, sed etiam sensus exerceat, scribit: nisi E

Loc. citat. quoque Antylli, Aetij, & postremo Auicennae comprobatio accederet, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes reposuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curasse memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo persuasi credere debeamus equitationem tamquam utilissimam a medicis semper magnopere existimatam fuisse: quamuis & apud ipsos ualde referret, numquid mulo, an equo ueheretur, & illis an gradarijs, an asturconibus, an succussatarijs, an concurrentibus: quorum omnium diuersas operationes suo loco explanabimus.

F

De Curruli uectatione. Cap. X.

DIXIMUS duo esse exercitationum genera, alterum in quo homines a se ipsis solum mouentur alterum ab alijs, siue, ut Aristotelis more loquar, alterum in quo suapte natura, alterum in quo alio mouente sese exercentes mouentur. De primo superius tractauimus, de altero quod gestatio a Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsque antiquioribus medicis Graecis αἰώρα

2. de tu. ua. cap. 11. uocatur, in sequentis uerba facere polliciti sumus. atque iam de equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, sermonem explicauimus. ad alia igitur transeuntibus prima sese offert in curribus uectatio, quam antiquissimam fuisse, nemo infitiatur. si quidé, ut

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iun xerit fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus extitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atque ulmum. Vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atque uehicula auro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quemadmodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsque ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumque luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutarchus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes ueherentur, M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, nec non bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

Li. 16. c. 42. & 53.

lib 7. c 56

lib de aere aquis & locis.

li. 34 c. 17.

B

Lampridi' in uita Heliogab.

C

lib. 27. c. 7.

tur, pro praemio uictorem absinthium bibere consueuisse, quasi sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebātur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere ueteres consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes superarentur. Caeterum quod medici gymnastici similem uectationem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in usum receperint, clarißime testati sunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucißimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi duo genera effecisse uidetur Galenus, alterū in quo homines uecti sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentißime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nūquid autem sani simul, & ualetudinarij in ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, necnon bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta stadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut quadraginta initium ducere, & usque ad spatium alterο tanto maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorū infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro septimo, ita scribens ad Cornutum suum: Pareo collega clarißime, & infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehiculo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribasius li.6.c.25.

2.de tu.ua. cap.11.

In probl. Rom.

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & conditiones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, 2. d tu. ua. cap. 11.
quemadmodum & aliae, proprios praefectos, nimirũ aurigas si possideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum, & mensurã, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa curruum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritum, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omniũ fere eadem esset,
B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi.

De gestatione in Lectica & sella. Cap. XI.

LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus nõ poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studuerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperato
C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumque sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usui passe. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat, attamen uerisim le est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum dissimilem extitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nuncupabatur, uti ex his uer D
Lib. 6. sibus Martia' s perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. uehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro:

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue feretro mortuorum similem haberet. E

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua sit Zoile sandapila.

Lib. 6. libro 1. ad uxore sua. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorum numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede F commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur inseruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis.

Sat. 3. *Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.*

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnino lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium Imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta fine-

batur,

A batur,& a nonnullis,ueluti a Coelio Aureliano,portatoria sella,ac sertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. temporibus nostris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij principes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros magistratum gerentes olim gestari consueuisse, atque inde curulis sellae, in qua tantum sedebatur, nomen emanasse arbitror: secundam,in qua iacebant, non habemus,quod ego sciam, nisi dicamus lecticam nostram illius uicem gerere,atq. ipsis candem rem significasse lecticam,& sellam iacendo,sedendoue idoneam. Cui sententiae plane subscripsisse uidetur Aetius Amidenus, qui inter gestationes, sellas omittens, solum lecticae duplicis mentionem fecit, eius.s.in qua lecti sedebant,& eius in qua iacebant. Fuerunt igitur tum lectica,tum sella instrumenta quaedam,quibus diuites, senes,

lib.1.chro. cap. 1.

lib. 5. c. 6

B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a seruis uehebantur, quibusq. medici gymnastici ad exercendos ualetudinis gratia tam sanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuendo solertissimum, si quando longius ire uellet, modo sella, modo uehiculo gestari solitum. Narrat similiter Plinius secundus, auunculum suum Romae sella uehi solitum, ne caeli asperitas ullum studij tempus eriperet. Vnde iudicari potest, senes tam in exercendis seipsis,quam in obeundis priuatis actionibus gestationes in sellis in usu habuisse, perinde ac etiam in languentibus medici easdem usurpasse animaduertuntur,in quibus is modus secundum Herodotum obseruabatur, ut neq. minus quinq. stadijs, neq. plus quam huius duplum similes gestationes producerentur, atq. ita sequenti die ob

6.d tu. ua. cap.4.

lib. epist. 5.

C seruaretur; tertio uero die quinq. stadia singulis diebus usq. ad triginta stadia addebant. Et ne quis forsan suspicetur, sellam, atque lecticam idem exstitisse, prae ceteris uuum Martialem adducere possumus, apud quem obscurum esse nequaquam potest, illas diuersas fuisse, cum ait.

Orib. loco citato.

Lecticam sellamq. sequar? nec ferre recuso
Per medium pugnas, sed prior ire, lutum,

lib. 10.

quod similiter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cōfirmatur, Ipsas quoque iam lecticas,& sellas, quis in publico quoque domestice,ac secrete habebantur, eieraueré. Iam uero sellarum alias fuisse pelliceas, alias osseas, nonnullas eboratas,aliquas argentatas, ex Lampridio in Heliogabalo certo sciri potest.

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio. Cap. XII. D

VOD agitationem per cunas, & lectulos pensiles, quos duos sub κλίνης vocabulo a Græcis complexos sentio, faciam inter gymnasticae exercitationes recensere velim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant, paucissimiq; sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: veruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint, cura me silentio praeteriri debeant, non video. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, E
tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare
Oriba.lib. 6. collec. posse, vt praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio, apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sen-
lib.3.c.6. tentia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus,
„ vbi dixit, si ne id quidem est, uni lecti pedi certe funiculus subijcien
„ dus est, atq; ita lectus huc, & illuc impellendus. & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorum eas nullum vsum habere censeant. Quibus similis quoq; est exercitatio illa puerorũ, dum in ulnis a nutricibus gestantur, quae & a medicis, & a
7. de repu. Platone pro ipsorum valetudine miium in modum probatur. Eadẽ prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio. quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequenter usurpata apud F
lib 26.c.3. Plinium traduntur, vt is infirmorum voluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepererunt, ita quoque utentibus multam vtilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum videtur; atque inde emanasse, vt posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint. quamquam pauci, vel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, ac utendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum vsum aliquo tempore extitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae, & omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

A operae pretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scripsit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligabantur, ita ut terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu- lib.26.c.3. li.33.c.11 lib.9.c.53.
B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscúq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaque titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam
C esse, quãdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quãta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotantium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpodio undiq. obtecto ferebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctum, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte, qui ferebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat. D

Sat. 1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, vehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatá retulit. E

D. M
L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. AEMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET AELIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO ET. SIBI

10. Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀῤῥωςοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. ideſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Liba-
lib. 19. c. 10. nius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum domiſum, in lecto iaceo; vbi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam F
idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud
li. 3. c. 6 & machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aurelia-
lib. 5. c. ult. no uocatum, qualiſq. apud eundem recuſtabilis ſera Italica nominata, quibus duobus geſtabantur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus.

A *De Nauigatione, & Piscatione. Cap. XIII.*

NTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum B usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem lepræ, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phtisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Galliõnis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huC iusce modi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine rediisse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. 1. de re med. sensefit phtisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus 1 x. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

Marginal notes: 4 Aph. 14. — 1. partic. Prob. 54. — 3. 1. doc. 2. — cap. 2. lib. 31. c. 6. — lib. 5. epist. — Cap. 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis naui- D
bus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut pla-
In lib. de caussis na. cidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tam odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atq. eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos E
amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atq. ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensibus mari bellū indictūn milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeium pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto mi- F
lites in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarum esse posit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium rese-
lib. 16. c. 3. cisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, eius uestigia adhuc manent, quemque tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano Imperatore editam hoc carmine descripsit.

lib. 1.
Si quis ades longis serus spectator ab oris,
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

A *Et par unda fretis, hic modo terra fuit,*
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Aenea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alios ludos qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorum imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species B piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, 5. Aen.

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq; animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iure merito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit. quorum sententias duabus de causis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem C sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit, cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, id est si cum uxore nō cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo

In sophist. & 7. de leg.
2. de tu. san. cap. 8.
6. de comp. med. sm l.
38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in D
queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur, nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione. *Cap. XIV.*

AGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore E
cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tanti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud
Sect. 27. Prob. 5. & 2. Rhe. c 4. respub. quascunq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, honorabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propagatio, penderent: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam F
aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti consisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exer-
De Cyri minoris expedi. citui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores inter aquarum pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua etiã ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Mar
lib. 1. de re mili. c. 10. tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exercitationes inirent, in altero sudorem, puluerem q. diluerent, ac simul

A mul natare perdiscerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile sit iudicatu, militarem gymnasticam natandi exercitatione non caruisse. Ceterum posteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes usurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conseruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnasticis ipsam probatam fuisse Antyllus testatũ reliquit. quod item sensisse uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madefiant, &, si uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribasij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro postea decimo fusissime scripsit separantis, ipsa quoq. ratio persuadet, nempe quia in huiuscemodi motione insigniter uniuersum corpus & mouetur, & laborat, ut Aristoteles aliquando 7. collec. 23. partic. Prob. 3.
B eam cursui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis sui in aquis γυμναστικὰς παιδιὰς facere consueuisse scripserit. Quo pacto uero similis exercitatio peragеretur, tamquam res uulgatissima silentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxisse, & frictione corpora praecalfecisse, deinde e uestigio in aquam se proijcere debere uoluit, quasi omnes sanitatis gratia natantes eas regulas obseruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obseruaui, aliquando in ipsis gymnasijs, siue priuatis balneis, aliquando extra esse factam. In gymnasijs adhuc duobus modis natabant, uel in piscina, quam in frigidario fuisse superius demonstrauimus: (tametsi piscinas apud Varronem, & alios Latinae 4. De locis affect. Oribasius l.b.6.c.27.
C linguae auctores propriе loca piscibus alendis, & saginandis dicata significare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uisuntur. Quod in piscinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thasio lapide aliquando circũdatas fuisse tradit Seneca, natarent, omnium clarissime ostendit Caecilius Plinius, qui in Epist. lib. 2 uillam suam exactissime depingens de balneis eius ita Epist. 7. & 13.lib.
scribit. Inde balnei cella frigidaria spatiosa, & effusa, cuius in con- „
trarijs parietibus duo baptisteria ueluti eiecta sinuantur, abunde „
capacia si innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocau- „
stum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegan- „
tes, quam sumptuosae. sed hoc clarius explicat lib. 5. ubi Tuscos suos „
describens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei la- „
xum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptisterium amplũ, „
si natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus satis apertum „

 est,

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D
baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullia-
nus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum
in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edo
cēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις.
idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις.
quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedifi-
catam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta
„ uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5.
Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā
fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E
porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae
„ clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi-
„ cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, &
„ exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
„ Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis
scriptum est a Dione Maecenatem omnium primum in urbe aqua
rum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis simi-
liter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū
ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauco-
nem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commem
dat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet;
tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in
arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F
feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum
in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tā
in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē
feruentem solum in labris factitatam. q si Plinius in locis paulo an-
te citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohae-
ret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefa
cta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut
intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue
priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis,
modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari ageba-
23. partic. tur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari,
Prob 12. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti
& 14. mare aquae suae corpulētia crassitieq. maiora, quam dulces aquae

susti-

A sustinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & consequenter minus illa penetrare potest, cum dulces aquae ob tenuitatē suā citius & leuius illabātur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando construebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, sicuti legitur apud Ioannem Euangelistam de Iesu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres transtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, sanisq. corporibus exercendis & conseruādis usitatam fuisse, iam satis patet: quando item Aristoteles scripsit natantes in mari salubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & siccitates temperandas homines natare consueuisse, cuius gratia in aestate dumtaxat natari solitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. *Cap. XV.*

PRAECLARISSIMA extat Galeni sententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utilissimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & icirco sapientissimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quasiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non possit, maior ne sit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipsa, quae animalia cuncta hominis caussa produxit, uenationem quasi praecipere, & acceptam habere, ut scripsit Aristoteles, uidetur, quum in ipsa proprias possessiones acquirere conetur, spectaculumq. nullo scelere contaminatum exhibeatur, sed simul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemo nō uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, iisq. ualidis, & sanis conseruandis uenationē tantopere aestimarunt, cuius nimirū studio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aesculapius usque adeo, sicut refert Xenophon, arserunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, sibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero solam medicinae gymnasticam huiuscemodi exercitationem, sed bellicam quoq. & athleticam recepisse, probasseq. credendum est; si quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnasticae exercitatores inuigilabant, si spectemus, cumu-

In lib de ludo paruę pilæ.

1. Polit.

C

In libro de ven.

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praesertim, q̃ non in auibus decipiendis, sed in terrestribus
animalibus sine dolo capiundis laboriose uersatur, de quo magis
nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine il-
lustrium auctorum testimonijs hanc sententiã audacter nimis pro-
ferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercita-
tione usa sit, iam inceptam uiam insequens demonstrare conabor.
Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiu-
mentum praebere putaretur, locupletissime testatũ fecit Plato, qui
postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres
species, aquatilium scilicet, uolatilium, & terrestriũ animalium di-
stinxisset, improbatis alijs duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
„ striũ uenatione in fine 7. de legib. ita concludit. πεζῶν δὴ μόνον θή-
„ ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ᾽ ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τ͂ εὕδον τ͂
„ αὖ, κτ͂ μέρη νυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. ἦν κ ἀξία ἐ ; αἴνε, ἐδ᾽ E
„ ἡ τ͂ διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ᾽ ἐ φιλοπό-
„ νου ψυχῆς νίκη χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι
„ λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
„ θήρα σώμασιν, ὧν ἅπαν τ͂ κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
„ αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τ͂ θείας ἐπιμελές. idest, Solum
„ itaque terrestrium uenatio, capturaue, athletis nostris reliqua est,
„ atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
„ cturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur
„ laudem, sicuti nec illa, quae laborum intermissiones habẽs retibus,
„ & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co-
„ natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
„ quadrupedia equis, canibus, & proprijs corporibus uenantur, quos F
„ omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curãtes
„ proprijs manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
„ ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in com-
paranda fortitudine bellica diuina ab ipso nũcupata, uenationem
dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse
sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidẽ-
tius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
„ de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνε-
„ κα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, ὥσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆναι,
„ ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ ἱπ-
„ πικῆς δὲ ἀληθεστάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gratia
„ eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi-
„ stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-

mam,

A mam,& equestris uerissimam. Quo in loco nemo non uidet,quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in lib. de uenatione iuuenes ad capescendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur,tum q corporibus bonam ualetudinem comparat: tum q eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimmo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio supersit, quin inter ceteras militari gymasticae inseruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuisse dicatur. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae & apud Latinos scriptores mirū in modum celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeseferebant, nempe cum bestiarij, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corporis sanitati inseruientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualetudinem assiduis exercitationibus partam incolumes euaserint. ne silentio praeterea Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat; & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuiuis iam esse potest, quantum in exercendis pro ualetu-

(Marginal notes: lib.1.poli. cap.5. — 2. de tuen. san. — In libro de ludo paruae pilae. — lib.5.epist. — in 30 contract.13.c.3.)

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores hellebo-
lib. 25. c. 5. ro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circunciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terrestres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currenses, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo,
7. de his aia quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E
lium. c. 36. quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini Imperaroris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam venationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

Explicit Liber Tertius.

ARTIS. GYMNASTICAE
LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu. Cap. I.

VM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, effecerimus, ad perficiendum tractationis nostrae institutum re
B linquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiam uti unusquisque posit: deinceps ad particularia & magis propria transeundum erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studium exercitationes usqueadeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianũ medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, iisque ad sanitatis profectum non oscitanter uti placuerit. Atque in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita
C secutus in omnibus quidẽ artibus, sed praesertim in medicina vniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedentes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendum est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atq. modus ex necessitate requirantur,

rantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt D
opinionibus, primo differentias illas exercitationem consequentes declarabimus: secūdo, quae sint corpora exercitationibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto, quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; sicuti namque corpora omnia non omnem exercitationis speciem perferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicunque aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercitatio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum qualitates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Polybo E
1.de dieta. pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu necessarium positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uolumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innumerae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-
2.de tu. ua. cap. 7. & lib. de cibis bo & mal. suc. leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione commissos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio contigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportunis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum robo- F
In eius uita. rasse scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidū reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratione fiant, nō modo optimas corporis a natura constitutiones tributas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plurima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit, ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam sanam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate eiucientur, assiduisue medicamentis opus habeant.

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. II.*

I igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exiſtunt, magnopere coarguendi ſunt, qui de corporibus exercẽdis prauas omnino, atq. humano generi noxias ſententias diſſeminare non erubuerunt. Hos etenim in tres ſectas antiquitus partitos, eſſe ſcribit Galenus, quorum alij quaſcũque exercitationes ueluti ſanitati potius noxias, quam utiles penitus ſuſtulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes aſſuetos ſolum exercendos indicarunt, inaſſuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & recenſere, & refutare operae pretium duco, ne ſi uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur, uel ſi irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tamquam ſanitati conducentia interdum accipiantur. Eraſiſtratus itaq., Praxagorae, & Chryſippi in medicina ſucceſſor, necnon Aſclepiades Pruſienſis magnae auctoritatis medicus inter alias abſurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & ſanguinis miſsionis uſum in infirmis abrogandum crediderunt, in ſanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre ſtatuerunt, atque ad hoc poſtremum aſſerendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod ſanitas in humorum omnium iuſto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinẽtur ex ciborum moderata ſumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indicat ſomnus, magis perficitur, a motu qualis eſt exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipſa deprauata neceſſario humorum harmonia, & ideo ipſa ſanitas deſtruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem ſibi adnexum obtinet, labor ſicuti naturae noſtrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam ſanus homo priuari debet, e medio tollit, atq. ſic ſanitati potius obeſt, quam prodeſt. Tertia ratio erat, per eandem ſanitatem praeſentem conſeruari, per quae amiſſa recuperatur, unde cum deperdita ſanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conſeruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & conſequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo ſanitatem corrumpere, & non conſeruare nemo dubitat, cum ipſa in moderato calore & in commenſurato natiuo humido

5 de tu. ua. cap. II.

B

C

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus detentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus uacare possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationibus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitationes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris persuadere conati sunt. sed eos ueheme̅ter aberrasse, omnes plane confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utilitatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus nostris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant, quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suffocarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas illis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cum non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excrementa retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitialium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Platonem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete destrui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan

6.epi.co̅ 4. ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τροφῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio collocatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine excrementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur, membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtutes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores

1.de dieta. euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐσθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui comedit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistratum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eorum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in humorum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportune,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quando quidē si, ut nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exercitationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae succorum optimam concoctionem non suggerāt, simulq. sanitatis conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq. illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aperta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea meliores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Galenus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum exB ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eueniant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur. Quod porro in secunda ratione afferebant exercitationem laborem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam, ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim negamus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehementem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate carere; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris delectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam delectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, respondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse Asclepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanitati conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praeterea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamenta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comprobarunt; at ijdem sanos non modo a medicamentis, nō iuuari, sed sanitatem apprime laedi, palam enunciarunt, unde satis patet, propositionem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

Prob. sect. 5. 2. de abstin. ab animalibus.

Libr. 1. in prooe. lib. 26. c. 1.

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est mediocritatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, frigidum inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dißipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impoßibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione complures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Ἐγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστρην, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exercebant-

Margin notes: com. 3. de artic. aph. 1. — 6. coll. cap. 2. — 1. Epid. cō. 3. aph. 11. — D — E — F

A cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uenustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flati-
B bus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. 1. Cyr. Paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.

Efvtata eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerūt: quos praedictis meliorem sentētiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5 de tu. ua. cap. 11.
C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturā elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominū parte exercitationū inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimū praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerūt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cōtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuū colorē

conspirent, pesimosq. morbos citra controuersiam progignerēt, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullū reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertisime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
a. de tēper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri similem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus E
6. Epid. cō. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocra-
5. aph. 22. tem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, &
1. partic. Prob. 51. sic de singulis, pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti dis-
5. de tu. ua. cap. 11. crimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat, quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedir, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis
6. Epid. cō. 4. prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suā adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: siquidem homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nūquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollenda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal- F
sum

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, solusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cùm imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerú esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nó parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed inexercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore genitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, caussis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur, nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque perniciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio; consumatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium unum torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

Marginal notes: 5. de san. tu. — In li. de dictis, & factis Socra. — 2. de tu ua. — lib. de cib. bo. & ma. succ. — lib. de cau. morbo[rum]. — li. 2. de sta.

Marginal letters: A, B, C

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
Cap. IIII.

ESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandã praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamus, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere a equo iudici possit. Isti itaq; cum legissent apud medicorum
2. Aph. 49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quos omnes illi, qui cuilibet rei insuescũt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant; siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere,

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agendum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa existunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sint, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam si cuti multi consuetudinem naturae eorum conuenientem induunt, 2. Aph. 56.

B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus, & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonũ corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho-

C nestiores, & saluhriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae consuetudine fuerunt contracta, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes, saepenumero Lib. 1. Cap. 3. 2. de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non percipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum aucti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ περισταγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus. D E

De exercitationum differentijs. Cap. V.

VICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere agressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, alteram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamque laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes, quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodica quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cōtrarium absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post maerores inseruiebat; & proinde hic motus a Galeno extrema F

[Margin notes: 3. de tu va. ca 2.11.12. — 3. de tu. ua. cap. 8. — 2. de tu. ua. cap. 3 — 3. de tu. ua. cap 12. — 2. de tu. ua. cap. 12.]

exer-

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, etsi continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in- C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praeterea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, necnon graui armatu-

ra

2 de tu. ua. cap. 8.

2. de tu. ua. cap 8 & cap. 10.

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, D idest ualens exercitatio uocabatur, sicut fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue ἔκλυτος uocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς siue languida aut imbecillis dicebatur, ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemens, ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio, praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis, & huiuscemodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationẽ propriam, quam-

E (in margin, beside "& moderatae ambulationes")

F (in margin, beside "stris subortae, prima est")

Marginal notes: c6.1.aph.6 (beside "ceretur, ex his intelligere licet"); 2. de tu. ua. cap 2. & 2. aph. cõ 26. (beside "tamen Galenus apertissime")

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae, & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporum humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens &
B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigendi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fosione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias fodere recensuimus. & quod de fosione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- 1. de tu. ua cap. 8.
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat. Lib 4.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac foenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fosionem a nobis atque etiam a Galeno,

&

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D transeamus.

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus, ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet E alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeque nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiū in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefit atq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur, sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod corporis

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae in temperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B

DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria ad augendam, confirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius, 6.Epid.

C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod eleganüssime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: ϖδὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τὰς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιως uocabatur. Ex altera parte, non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secun
dum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nul
lis uehementibus, remissiue exercitationibus accommodantur,
quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augmentum susci-
5. de tu ua. cap. 11. pit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate labo-
rante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, im-
mo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepia-
Li. 2. c. 14. des Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestatio-
nibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac
uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegro-
tantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationi-
bus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his E
etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes
ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos
omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmitten-
In prohe. lib. chron. pass. dos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio
urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non
semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitatio-
nesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epi-
demiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus tor-
peant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristot e-
Cap 16. les libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febrici-
tantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui ta-
men forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insi
gniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim possidē-
re nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conue-
nire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
Loc citat. re Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationē,
sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus,
& uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri possunt,
dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alio-
qui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non hu-
mores paulatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus ex
stinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item cali-
da, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus
quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera mor-
bo subijciantur, maioriq. cura opus habeant, Frigida porro simulq.
sicca

A ſicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remiſsis exerceri debent, cum ſemper praeter morbi peculiarem affi ctionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora ſrigida, ſicuti neq. humida. At ſrigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes ſuſtinent; quod motus ex ſiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium ſit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis duntaxat, qui uniuerſum corpus intemperatum habent, quoniam ſi quis in ſola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. poſsit modus, quo partes ſanae citra aegrarum offenſionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae ſanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conſe
B quentia quadam auxilium praeſtet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; ſed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes ſint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in ſequentibus libris declarabimus, ubi particulares ſingularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morboſis ob malam formationem corporibus ſimili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, ſed nuper & caſu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim ſiue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, ſiue partem aliquam deformatam habeant, niſi affectus alij impedientes aſſocientur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &
C cōtorta dirigere, & aſpera lenire, & tumida deprimere, & depreſſa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita expl re & obſtructa aperire queant. Ad haec morbos in quātitate genitos nō raro exercitationes tollere conſueuerunt, quandoquidem uniuerſalem corporis molem auctam nihil eſt, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & ſuccos detrahere dixit Hippo. & poſt ipſum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo craſſitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere poſſet, ab Aeſculapio curatum eſſe, mihi ueriſimile uidetur: ſimili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnoſum, & bonum habitum reſtituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes inſigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle diſtribuatur. ſicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib. de ſal. diaeta.
In 6. epid. cō 3. Aphoriſ. 2.
Galen. de diff. morborū. c. 9.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua- D
In. 6. epid. com. 5. tos curasse, gloriatur Galenus, sicutitem Germanicum, a tenuitate crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpo-
Secūdo de tempe. 3. & 2. d tu. ua. ra subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praesertim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis renum, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustiis renum uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ laborantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admittunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt, non modo reponenda sunt in propria sede, uerumetiam postquam reposita fuerunt, tandiu ab omni motus genere arcenda, quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si mo- E
uerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infirmitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere morborum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus associata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet, nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitantibus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi alijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solutio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ueluti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exerci- F
tationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affectae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent, quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiatur continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, modo nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt nonnulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a moderatis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi, quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discinditur, ex motu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animaduersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-

bus

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis.
Cap. IIX.

QVAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes il-
B los, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfectè antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, siquidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorum reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo
C exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ περιαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; siquidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis; ipsae uero particulae solidae siccio-

[Margin notes: 5. de tu. ua. cap. 11. & in arte medi. cap. ult. — 5. d gener. aial. ca. 4. — 6. collec. cap. 6. — In arte medic. ca. ult.]

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atque earundem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes aresactas ficciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandam atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, D

quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudinis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum E

1. Rhe. c. 5.

trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quique, aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tum uehiculum adscenderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu post modum lotus accumberet; F

&

A & paulisper cibum differet. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres, qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel
B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum laxant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita sese gerere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.
C

De corporibus sanis exercendis. *Cap. IX.*

VIEVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope existat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, ut in sanis maxime adiumentum ostendere possint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq; mente designari, quam in ulla regione D
2. de tu. ua. cap. 7. re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi existente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum existat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter
6. aph. 28. scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum E enimuero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commẽdantur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus F etiam in omnibus obseruari debere, siquidem quae consuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae, in assuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt, at si quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione
lib. de causis mor. c. 2. 1. de diff. feb. c. 2. contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transscendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto labo-

rent,

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, ossibus tenaciter adhaerentem, cui circundata cutis ualde tenditur, quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulat, quia sicuti corpulenti, & crassi cõtrarias habitudines ex contrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mãgones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel εὐσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superfluitatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

3. de partibus animalium ca 9.

14. Meth. cap. 15.

B lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.

de sal diaeta. aph. 10.

C

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq.

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & grassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab 2. aph.

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, neue molestiae mo D
lestia maior superaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent, quoniam dicebat Hippocrates, non potest homo
comedens sanus uiuere, nisi laboret: in talibus enim opus est mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
2. de tu. ua. dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma-
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exterio-
res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aeque efflue-
5. de histo. re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
aĩaliũ. c. 19 omnes decolorati euadunt, unde hos satis exercitari necesse est, E
quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisue ad exteriora seruan
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem
sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut sicci uel nihil
omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam
exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in siccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
6. epid. cõ. nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae
4. aph. 15. rens, cur alij sedendo pinguefiant, alij macrescant, ideo euenire di-
6. partic. Prob. 1. cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;
& qui calidi sunt, pinguefiunt sedendo, cum eorum calor sine mo- F
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit; & ob id mi
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
6. Epid. scunt. De calidis huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit,
sect. 4. quando dixit: Εν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλινύειν, uideli-
cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσι, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs scilicet minuen-
dum esse, & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
5. partic. prob. 9. men percipiant, nõ immerito dubitari posset, eo quod Aristoteles
scri-

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter,ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis,atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent,& multum exerceantur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis temperiem poſſident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; atque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recrementa cõſumat, quae in mulieribus otioſis,& ſellularijs augentur. 4. de gen. aialiũ.c.6. Quaecunque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam,non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. Cap. X.

ANTA eſt locorum uis,atque proprietas,quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plãtarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles,uerum & ipſorum hominum corpora,atque animi,ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel naſcuntur,

ſcuntur, uel aluntur, diuerſis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni ſunt ueteres medici, qui in ſingulis fere eorum artis operationibus: locorum qualitates conſiderandas omni diligentia praeceperunt. Nam exſtant loca, atque regiones, in quibus, ſi ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem conſequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere ſpectare debent, qui uel ſanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiã aliorum corpora exercere uolunt: qui niſi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, ſaepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna conſideratione digna occurrunt; Primum eſt, ut ſit ab optimis uentis perſpiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad ſeptemtrionem, & E orientem, a quibus ſalubriores aurae perflant, poſita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruefcunt, neque frigore, & humore ſitus contrahunt, nec pernicioſis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aeſtum & frigus intenſum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, inſaluberrimas peſpirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod ſi loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorſus temperata ſint, qualem & Hippocratis, & ſuã patriam exſtitiſſe

1. de tu. ua. cap. 7. refert Galenus, procuidubio haec cunctis praeſtabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementiſsime ſaltem ibi uenti ſpirent, quod corpora ſeſe exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incurſus ad interiora admittunt, atque ſic poſtea per F nicioſos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli ſitu deſumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aeſtiuas thermas exſtruxerint: nam hiemales in transtiberina regione Aurelianum Caeſ. feciſſe, auctor eſt Vopiſcus, quae ad meridiem expoſitae ſolis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aeſtiuas uero aedificaſſe Gordianum Iuniorem, ſcribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Eſquilias poſitae opacitatem quandam blandam, & gratiſsimas umbras exercentibus ſi praebebant. Secundum in electione loci conſiderandum eſt, ut ſit apertus, non concluſus, non opacus, quoniam, ubi liberior exſiſtit aer, minusq. conſtipatus, corpora in ipſo exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam ſi in craſſo, denſo, & concluſo exercerentur. Atque hinc

eſt,

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendaũt, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem, extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce lib. de dic. fac. Socrati.
uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος, Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-
B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij námque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse
C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breuesita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἤμεσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id- lib. 1. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37.
est

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τοὺς δρόμους exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ἐπιδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμου θεοῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerem, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροί τε τινὲς οὗτοι αὐτοῦ, καὶ αὐτός, νῦν δέ μοι δοκοῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

D E F

5. partic. Prob. 1.

A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectan tia fugienda erunt, quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberentur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unusquisque locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mente reuoluens, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uidentur, in ijs tamen haud parum lib.1.c.4.
B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco fi- 2.de tu.ua. cap.17. lib.5.c.7.
C nem imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur. 38. partic. prob.6.

De tempore exercitationibus apto. Cap. XI.

D

Vo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur · alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exercitandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus consumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme, magis rigent stantibus, quod aer nostra ambiens corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullā amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon siccitas immodica, quoniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccat. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile, subit, humoresque secum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. deinceps

E

6. partic. prob. 6.

6. partic. prob. 12.

F

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται ἀκοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus têporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantû attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sentêtia omniû ueterû auctorum censuit potius exercenda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequês melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Aegineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur, quod sicuti corpora temperata in têperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

lib. de aere aq. & loc.

2. partic. prob. 21. 33. & 42.

3. de dieta.

In Isagoge medicinae cap. 5.

Lib 1. c 53.

2. de tu. ua. cap. 7.

cus

cus, contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuscũ. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione
aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomodo
diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit
„ de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim cer-
„ tum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel crypto-
„ porticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscen-
„ do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
„ mutatione ipsa resecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox
„ orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
„ caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
„ ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex
„ hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post
„ somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E
quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari porro
tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando mo-
Plu. in lib. de tuẽ. san. tum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum ci-
bum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum
mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit,
quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis am-
bitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinim-
mo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur
Loc. cit. si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore depre-
henditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni-
que probati medici uno ore pronunciarũt, semper exercitationem
lib. de cib. bo. & ma. succi. ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν
ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώ- F
τατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sa-
nitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita qui-
uis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercita-
tio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, alte-
ra quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctio-
nem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum
corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremẽtis faciliorẽ
exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac mul-
tos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex ad-
uerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi cor-
poris habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uni-
uersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testa-
tus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc
in

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κι-
νέυμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque 2. de ca. pl.
Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phtisi- cap 20.
cos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibum Coel. Aur.
exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda pu- lib. 2. chro.
to, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius c. 13. & 14.
eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, do
cet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi
scripsit ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi su-
pernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico:
primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excre-
menta per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam
esse excitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui 2. de tu. ua.
B cenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quo cap. 2.
niam si prius uel posterius quis exercitationem, adeat, aut crudis hu lib 1 fen 3.
moribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis pro- doc. 2. c. 3.
uentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse,
tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, ab
stinendum a motu demonstrant, dum uero ex albidis flauiores eua-
serunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obser-
uandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente la-
bor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut inge-
stus cibus, nec dum accommodatus concoctusue a stomacho rabien
te, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapia-
tur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur;
quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς οὐ πονητέον, 2. Aph. 16.
C idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, Auic. li 1.
ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interij- fen 3. trac.
ciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam se 2. cap. 3.
data appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda
diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq.
Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confir- 6. epid. 3.
matum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, exci- 6. Epid.
piendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exerci- cõ. 3. aph. 2.
tatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristote-
les quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus partic. 5.
statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quie prob. 28. &
scit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tunc 30.
oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus
etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam
frigidam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, D ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidū autem ualde quodcunque post exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur, quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper E adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat. Autumno & hieme uespertinam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus nō possit, nisi uespere, concoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est, unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiosissimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, & F pugillatu eum se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

3. de sal. dieta.22. — 2. de acutis — li. 3. de die. — 6. de tu. ua. cap. 5. — Lib. 4.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia causidicos,
In quintam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lassis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero Imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante » lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu » ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat, post » lectionem palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- » bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut » B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. » una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus » ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su » mebat, oua deinde, mulsum, atq, his refectus aliquando prandium » inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & seipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit. Lib. 1. ser. Sat. 6.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatis immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ille lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domesticus ocior, haec est.
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praecuium somnum ualida, magis denique a quibusuis impedimentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin externus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum nondum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quã exercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Auicennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, siqueullus auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet, modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis affectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnopere considerandum, veteres tam Romanos, quam alios multos semper dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse; atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, vt in hieme, alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Galenus tanquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quoniam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, & duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesimum quartum continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquorum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse putans erranDi in exercitationibus, aut alijs occasionem habeat, hanc horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tenere debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas nouis accommodare facile poterit.

li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3.

Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela. c. 5

D E F

Quanta fieri debet exercitatio. Cap. XII.

EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, & paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuã remediorum omnium adhibendorum mensuram esse, semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum aliquando tanti fecerunt, vt quasi eius cognoscendae spe deiecti medicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student, omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum mensuram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

ta

A ta committi solent, & plerunque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exerceri debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debeant, quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes, quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes lib.29.c.1.

C requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est, unus, quando scilicet uapor sudori aliquanti sper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelitus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia dissipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabili- 5. de locis aff. cap. 5. li 6.c.11. li 1.fen.13. doc.2. c. 3. lib.2 c.3. 6 epi. cō. 2

C ter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur, uel lassitudo iam immineat: illico desistendū est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cū malis exhauriātur: & tandem calor naturalis debilior reddatur, & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur: tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud obstet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatiscerent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel rantillum patiantur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent omni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam diximus, exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant, exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, terminumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, E sicuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum legimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adolescentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes postulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel paucum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo prauum aliquem habitum contrahunt; quocirca terminus communis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe sufficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare & aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis enim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus, & laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen modum in labore pueros unquam excedere conuenit, & tanto minus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem intempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a natura quam maxime comparari inhibetur auctio, ob quod paedotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, que athletarum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum corpora deformabant, augumentumq. impediebant. Nã inter eos, qui Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdem adolescentes, & uiri sint uictoriam consecuti, quod per uiolentas, & pluri-

1. de tu. sa c. x. 7. pol. cap. 4.

mas

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis, & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, calorue sopitus, proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intemperate uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit, quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humida corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiat, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

1. de alim. fac.

B

C

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus D alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde existentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui- E resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere, iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat, uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F
Galen. 3. de symp. cau. terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis prae inchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in excercendo defectu magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte
38. partic. prob. 5. dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis im-

modice

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expresimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. Cap. XIII.

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeūdis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantū potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iam uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionē pertinet, ut modū, quem antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoq. temporibus nostris unus quisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen-
C di ubi iam perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebāt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικὴ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingredieban-

6. colle. ad Iul. c 15
Libro 1. sen. 3 c. 2.
lib. 1. fen. 3 cap 3.
lib. 1. c. 2.

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & spatioso, rarius seipsos D induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat modus, quo uel in gymnasijs publicis, uel in priuatis locis maior pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bono habitui comparando sollemniter incumbebant, frequenter utebatur. Nec quisquam miretur, quomodo liberi homines singulis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homines, nedum clariores quotidie defricari solitos, multi auctores, & praesertim Columella trigesimo sexto lib. cap. memoria mandarunt. de quo defricandi more, & modo, si Deo placuerit, aliquando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile fit quamplurimos alios exstitisse, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impediti; uel necessarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ualetudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, sed frictionibus, E & unctionibus dimissis quascumq. poterant exercitationes amplecterentur; sicuti & multi reperiebantur, qui praedictarum caussarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habebant; quibus omnibus exactiore uictu, & sanis medicamentis opus esse tradit Galenus. Verumenim uero cum aetate nostra gymnasia illa ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in usu desierint esse, neq. gymnastas, & paedotribas, neq. aliptas, & reunctores habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodo uis exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, sat erit illis, qui aliqua necessaria occasione impediti libere sese exercendi otium nequaquam habent, ut potius quomodocumq. possunt, exerceantur, quã semper in cõsummata quiete degant; modo tamen hoc unũ obseruent, ne statim a cibo exercitationes eas quas gratia sanitatis facere uolunt, solicite nimis adeant, sed saltem aliquot horas interponant, quo quam minimum fieri potest nocumẽtum inde sequatur. F Porro qui suae spontis sunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libere uacare queunt, haec omnia diligenter obseruare debent, primo ut corpus tum a faecibus & urinis, tum a muccis & sputis accurate emundare, caput pectore, manus, & faciẽ abluere studeãt, ne excrementa in uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipso ambitu latẽtia, a motu excitata uaporationib. offendãt; strictisq. meatibus nõnunquã infarcta, aut exercitationis calore eliquata obstructiones, fluxionesq. diuersas pariant. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ ipsi superaddere nequeant, quaeue interim a uentis, si qui erunt, uel a frigore tueantur; aut etiã si aestus urgeat, feruorẽ nullo pacto augere, siue souere queant; nã indumenta nisi

Lib. 1 de cibis bon. & ma. suc.

exer-

A exercitandis prudēter accōmodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant; si qui dem sudor ita indutorū sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumentū est, quod ita sudātes decoloratiores euadunt, cū humor per summa corporis passus, atq. incalescens ab externo aere refrigerari nō possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare consueuit a vestimētis inhibeatur. Tertio obseruandū erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intentionē augeat paullatim, usquequo ad termi nū, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atq. uehementiā rursum pedetentiū remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nā subito ab intensis exer citationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis cor poribus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione ue stes sudore madefactas exsuant, & siccas resumāt, idque si fieri pote rit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq. denuo corporis meatus obstruitur, praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & ualde remisso potius ali- C quo motu utatur, tantumq. a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatione, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedā, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitādi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibusvis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos mo tus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumq. paullatim remittere, madefacti sudore indumenta exsuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum ca pere. Atque haec de uniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiāt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

Explicit Liber Quartus.

2 par. pb. 30. & 38. partic. pro ble. 3.

In con. de pu. epilep.

AR-

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum; & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.

ICVTI nullus ab exercitationũ particulariũ cognitione fructus expectãdus esset nisi recta atq. uniuersalis methodus, quã superiori libro abũde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modũ uana euaderet, nisi haec particulariũ fere omniũ exercitationũ tractatio, quã aggressuri sumus, illi cõnecteretur; siquidẽ incerta, ac fallax ea cognitio uideri potest, qua exercitatio vniuersali quodã pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentũ, quãue cõmoditatẽ praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui constat, quod exercitationũ quarumuis scientiã optantis animũ explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata à nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequẽtibus singulos exercitationũ iam enarratarũ effectus prosequemur; atq. hos cũ ex antiquorũ auctorũ cõprobatis experiẽtia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse uerã cõditiones rei ũ inuenierdi rationẽ scripsit Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinẽ totus futurus sermo uagetur, ita materiã huiuscemodi declarare instituimus, vt primo cõmoda in corpora humana ex unaquaq. exercitationis specie emanantia, deinde incõmoda sigillatim explicẽtur: nã illud, quod quãplurimis medicamẽtis euenire usũ cõprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosint, alijs noceãt, in exercitationibus itẽ cõtingere, nemo ignorat. In explicãdis praeterea utilitatibus, atq. damnis a mẽbris superioribus principiũ sumentes, ut plurimũ in ultima, atq. infima seria tim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullũ corporis particulare membrũ respiciũt uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturũ esse spero: Alterum q maiori facilitate, ∫ maioreq. cognitione quicumq haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum q habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum eu tabuntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nanque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerūq. magnum detrimentū inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari opere pretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamē omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. quod similiter Galenus, & qui Galenū in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias nostras accipi debere uolo, q. s. gymnasticam principaliter circa sanitatis conseruationem uersari, consequenter circa curatiuam: nullā etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cōcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinē tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero iccirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cōsuetudinem in medium adducemus, non erit, q. ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tāquam gymna-

In lib. de cibis bon. & ma. suc.

B

De chroni.

C

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D
& nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum
censuimus, quemadmodum ueteres alias experiētijs assiduis, alias
morborum cōdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem
uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insu-
per hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, li-
cet in multis exercitationibus diuersus exstiterit antiquorum mos
ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercita-
tio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum
nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibus-
dam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis
attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unū, aut alterum ob-
seruemus, antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationi-
bus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi fa- E
ciunt; atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorūque qua-
2. de diaeta. iuxta finē. litates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercita-
tiones in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum
puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, q̄ hie-
me oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore
demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat,
cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodū
ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corpo-
ris remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea
maior pars hominum semel dumtaxat in uesperе saturabatur, no-
strates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas
exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exerci-
tationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid un- F
ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, to-
tumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum di-
uersos effectus existimare.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus
Cap. II.

RES praecipuas exercitationum differētias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia simpliciter exercitatio nū-cupata. Exercitationē praeparatoriam, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scri-

psit

A psit Galenus, qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria utebantur. quam item usurpabant quàm plures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Socrarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, oportunũ exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apo- 3.de tu.ua. cap.11. 2.de tu.ua. cap 3. 3.symp. prob. 6. lib. 1 c. 35. 6. epid. Lib.1.ser.3. cap.8.

B therapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: un de iure merito post uehementiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, ut plurimum adhibebatur: in ijs quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercētur, magis exuruntur; qui in humidis humiditatem contrahunt, sicque de singulis corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad im- 3.de tu.ua. cap.2.

C bibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, quod exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futurã prohibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo 5. par. problē.1.&12.

extrin-

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere 2. de tu. ua. cap. 12. defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam vim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut non temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, ex- 3. de tu. ua. cap. 3. sistat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Loco citato. Inter differētias ab ipsis motus quantitatibus desumptas primae sunt 5. chronic. cap vlt. multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres Sect. 31. Prob 14. obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq. ita uidendi acuties impeditur. Ex differentijs quoq. a motus quantitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Gale. 6. de mor vulg. com. 3. Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad 6 de tu. ua. & lib. 6. c 3 curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque 14 Meth. Lib. 1. ser. tarda pinguefacit, & crassitiem inducit: mediocris inter utraq. medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calo- 4. cap. 3 2. rem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur Gal. de pu. epil. lib. 3. c. 18. quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo cōducit. Remissa uero languida, ac imbecillis nti praedictos effectus obscurissime parit sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamētum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & i ccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuāt. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo-

cis

A cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demonstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expressius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id quod optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. Cap. III.

B QVICVMQVE saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine tēporis, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμοὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles exstare cēsebit. Verumtamen illud inter antiquorū & nostras saltationes interesse nemo non uidet, ꝙ, sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post coenam, atque nocte inter ipsas commesationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum
C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, lib.4.c.11.
administretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubisticam namque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cōmouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit ijs, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabi-

ctabitur) quam ueram orchesticam appellauimus eius quam plurima apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulorum effectus percensere. proinde sat erit illa ad notasse, in quibus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram con uenire uerisimile uidetur. χειρονομίαν etenim siue manuum gesticulationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, placuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, uo luti & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium existit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniantur, quae simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri cedit huiuscemodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica lapillis. Caeterum quod praegnantibus mirum in modum noceat, testatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias subiret, uteri fetum abijcere cupiebat, consuluit, ut saltaret, pollicitus ea saltatione conceptum corruptum iri, ueluti po stea contigit. Quicunque uero caput debile, ac uertiginosis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersuris, motibusq. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur qui bus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & supercalefactos habentes, feminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de caussa incurrentes a saltationibus abstinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis specie, quam antiqui sine armis obibant. quod si quis armatae, quam uocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter statuere rem poterit, uidelicet om nia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incalescere, & sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

Marginal notes: 2. de diae. — Lib. 1. cur. chr. ca. 1. — in li. de natura pueri. — 2. de tu. ua.

Right margin letters: D, E, F

De

A *De ludorum pilae effectibus.* Cap. IV.

VDORVM pilae antiquitus cōplures cū apud Latinos, tū apud Graecos exstitisse species, abunde in secundo libro iudicauimus: ex quo nullum operae pretiū est hoc in loco, ubi solas exercitationū qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud dūtaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non respondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorum commoditates atq. nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorum cū illis cōparatione, quid conferant, quid-ue noceant, utraque simul cognosci posit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim cōuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, q. fortes exsistūt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiusce modi ludis cōmodum percipitur, quod qui in ipsis, uel ipsorū aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, ijsque uitales actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter ueloces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniū a Lucilio scriptum inuenitur, Cum studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnē solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnā utilitatē praestat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborēt ad acquirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis C paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, q. corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cōiuncto praestat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia uero speciés oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cōmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae speciebus cuncta illa cōuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cōplexus est, uidelicet q. tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antillum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum affert. de hoc lu-

Ca. 4. & 5.
Li. 1. fen 3. doc. 2. c. 2.
2. d tu. ua. lib. 1. c. 18.
»
»
»
Orib lib. 6. collec. cap. 32.

Lib. 9. cap. ult. do sermonem habuisse puto Alexandrum Trallianū̃m, quando in D
curatione priapismi sphaerae exercitium cōmendauit, quo materia in diuersum retrahatur, & spiritus flatulētus digeratur. Secunda species, quae plus iusto magna pila peragitur dum proijcitur, & utraq. manu propter magnitudinē emittitur, brachia firmat, sed nimis duras plagas infert, ob idq. non modo aegrotis, aut conualescentibus est inutilis, uerum etiā bene ualentes immodica defatigatione afficit. Inanis pila, quam tertiā effecimus, aeque exercet, ac motoria, in qua curritur, attamen non admodum facilis est, neq. apta, atq. ideo
lib 9. c. ult. omittendā eam esse consulit Oribasius ex Antylli sententia. Pilae, & magnae & paruae exercitationem uertiginosis obesse iudicauit
lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniā capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intētionesuertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces adnumerauit Paullus, quas cum dictum a nobis sit corpora crassiora E
lib. 5. chr. c. ult. attenuare, summa ratione Coelius Aurelianus ad diminuendā polysarchiā hanc exercitationē, quā a Graecis corycomachiam uocari
1. d diaeta. scribit, adeo probauit, secutus in hoc (opinor) Hippocratē, qui corycomachiā, & chironomiam idem praestare quod lucta tradidit. Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus musculosum corpus reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerso corpori aptari, nec non ob plagas, quas infligit, omnibus uisceribus idoneum exsistere. Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. si tamen quis plagas in pectore a coryco fieri solitas cōsideret, facile sentiet, eos, qui pectore debili uexātur, simili exercitatione periclitari, & quandoq. contingere posse ut in thorace uasa rumpatur. Atq. tot, quae de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici possunt. Succedunt lusus Latinorum genera, quae & ab ipsis quatuor speciebus com- F
plexa omnia in usum sanitatis recepta superius demōstrauimus. Horum primum locū obtinet exercitatio folle acta, quae uniuersum corpus exercet, sed dum brachijs impellitur, dorsum in primis atq.
Li. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo uerba fecisse existimo, quādo in epilepticis humeros sphaerae lusu exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior utilitas contingit: ambo tamen uiscera adiuuant, calculisq. a renibus, & uesica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia
In eius ui. ta. c. 80. & 83. confirmant. Nam Augustum, qui huiuscemodi affectibus corporis sollicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiū (ut refert Suetonius) adamasse opinor: quod cū praecipue superiores partes exerceat, ijs, qui citatam aluum habēt, & quos tremor corporis exercet, non si-
Lib. 1. c. 6. ne ratione Cornelius Celsus prodesse scripsit. Hanc etiam exercitationem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudētiſsimi & sanitatis studioſiſsimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit, ut uere dixerit Martialis: Epiſt.1. lib.3.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 4.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est quocirca iure merito Horatius huiusce modi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq. sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundā esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: ꝙ si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumentum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- Li 4 chro. cap 7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib.1. c.2.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehemētes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum mutuē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementiſsimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depreſsionibus ex- Gal.lib.de pil.par.c.2

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur. D

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. Cap. V.

VCTA, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieque a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet, carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidum, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tandemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adijcit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper quiete, E F

Lib. 2 c. 8.

2 de diaeta.

Loco cita.

quiete,

A quiete, magis, ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quãdo humor a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti prodest, in cuius dolore luctationem ingem adhibito magistro peractam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat quà ratione Oribasius palaestram siue luctam hidropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scri B ptis tradiderunt. Caeterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, q̃ luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo comprimuntur, diuelluntur q̃ dãna recipiunt. ueluti euenisse Commodo Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterũ, & Iudaeorum gẽtes a neruorum esu abstinuisse, au ctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual C de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impendet periculum. unde non temere Galenus, ne suffocetur, periclitari luctatores dixit, qui simi liter renibus, & lumbis male affectis talẽ exercitationem fugiẽdam esse uoluit, quãquam Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo palaestrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura saepenumero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari cre dendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuersa secundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut ijs qui a morbis sese reficere incipiũt, sit superiore accõmodatior, ac mini

2 Prob. 7.
Li. 1 chro. cap. 1. lib. 2. c. 1.
lib. 3. chr. cap. 3.
Lib. 6. c. 28. Lib. 2. ad Timo c. 11
6. Epid. cõ. 3. aph. 32.
1. de dieta.
lib. de sa. ad Post.
4 d rat. vi. in acut.
In 6. epid. com. 3. aph. 6.
In libr. de passionib. renum.

mo periculo robur,& fortitudinē pariat: capiti,& thoraci prodest, D
neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
In ei⁹ vita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus, luctationibus, iactibusq. discorum,& iaculorū exercuisse, ut, quemadmodū germinū radix ualidū in acribus terris principium sumens melius germinat, ita & hae partus robuste tolerātes honeste simul, ac facile aduersus dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur lucta-
loco citato tio, si credimus Oribasio, praecordia atq. intestina uitiata adiuuat, lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exercitationes recēseatur, ad extenuanda corpora accōmodata erit, sicuti pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est,&ab Aetio si in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores exhauriendo refrigerare auctor est in 11.de diaeta Hippocrates: at se- E
5.de tu. ua. cap 3. cundum Galeni sententiam ijs magno studio fugienda erit, quos ex leui caussa uertigines, comitiales morbi, grauis ophtalmia, uel aurium dolores male habent. simili modo,& illis, quibus tonsillae, & angina incidunt, quibusq. prompte in columellam, gingiuas, dētes, deniq. partem aliquam ex his, quae circa collum, aut totū caput habentur, fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta, circa quam oriri posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artē omnibus alijs melius calluit, non modo luctam fere nullibi ad quidquam cōmendauit, sed potius tāquam parum utilem, aut omnino noxiam damnauit: cū alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rūpi; alias crura distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republica odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet,
Ad Thras. cap.41. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, sine lucta, per quam F exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitationibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, currere, equitare, saltare, uenari, nauigare, fodere, q̄ lucta exerceri melius est: & sicuti athleticae, gymnasticae luctatio magis accedit, atq. inseruit, ita quoq; a medica lōgius recedit: unde non est mirū, si Galenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quā in medicina minimā cōmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quae ab alijs auctoribus tradita inuenimus, explicāda esse duximus, non ut Galeni auctoritatē ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exercitationibus sensisse scripsit, uel posterioribus postponam; sed ut demonstrarem, si qua a lucta exspectari cōmoda debēt, haec ab aucto-
Lib.de sal. diaeta. ribus indicata,& nulla alia fore. De ista nāque apud Hippocratem scriptum inuenio, q̄ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime, sed multum deambulare, secūdum uentum, ac frigus. Quicumq; ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex luctā fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VII.

QVAMVIS inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectātes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neq. illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationē ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiūt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti, neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum feruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex qua fricatione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Aetium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio- 2.prob 5.

nibus per supernas partes factis curandum mādauit. Quae frequentissime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, & Pancratium, luctae, atque pugilatus minimus quidem fuit in gymnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corporis partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus, ex quo sicuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est, certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractū uniuerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat, solum athletarum munus exsistere. Ad haec cū a Galeno inter magnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequenter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cōsentaneum est: id quod intellexisse Theodorū Priscianum, quem alij Octauium, Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis discipulum faciūt, arbitror, quando scripsit hydropicos labore nimio & continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse: ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὑδρωπιῶδεα δέον ταλαιπωρέειν, ἱδροῦν. quod itē innuere uoluisse Coelium Aurelianum possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs palaestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cōsuluit, ut inflationes, ac frigiditates illius remouerētur. quae omnia etiam de uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quā diximus 2. lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad crassiores homines efficiendos mirifice cōferret, indicauit ibi Galenus ex gymnastarum iudicio, quo in loco perperam Latinus interpres athletas transtulit. Caestuum exercitationes. de quibus apud medicos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod brachijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum tamen exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret, atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Sin crudo fidis pugnam committere caestu:

In hanc sententiā uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sanitate, siue in curādis morbis, siue in acquirēdo bono habitu nullū locū habere, atq. ideo similē exercitationē penitus omitti debere. Caeterū illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatū, & caestus exercitiū absq. antigonista quandoq. usurpatū, tuncq. schiamachiae, de qua infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, speciē quādam exstitisse, dum s. pugnis, & caestibus aerē dumtaxat percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atq. brachia citra molestiā exercere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper erit: nempe cū plagis illis, atq. percussionibus careat, quae plerūq.

Margin notes: 2. de tu val. cap. ult. — 6. epid. cō. 1. aph. 6. — Li. 2. ad Timot. — Prope fine. — Li. 5. Aen. — Lib. 3. c. 4. — D — E — F

A in huiuſcemodi pugnis utrumq. certatorẽ magna moleſtia afficere ſolent. quocirca ſi aliqui hoc genere exercitationis delectati, aſſuetiue (nã & Galenus ipſe in exercẽdis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue aſſuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculũ ſeſe dumtaxat aduerſus aerem in illo exercere, atq. eo pacto ſine plagis, & grauibus percuſſionibus, delectationem ac utilitatem optatam ſimul aſſequi: modo in reliquis ea omnia ſeruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis ſtudioſe obſeruanda eſſe in libro quarto docuimus. 2.d tu.ua. cap.vlt. Ca.10. 11. & 12.

De curſus natura. *Cap. VII.*

B SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationẽ paucos uſus apud medicos habuiſſe oſtendimus, ita curſum, quo pedes fere ſoli exercentur, maxime utilitatis extitiſſe, & proinde a medicis, atq. gymnaſtis ſaepius cõmendatũ fuiſſe demonſtrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces ſunt citra robur, atq. uiolentiã, negare haud poſſumus, quin corpora attenuet, carnes atque ſuccos minuat. id quod clariſsimis uerbis antiquiſsimus auctor Hippocrates, nec nõ Galenus ex gymnaſtarũ, & medicorũ ſententia aſſeruerunt. Eſt tamen in curſu agendo multiplex diſcrimen, quod alius uelocius, atq. uehementius; alius remiſsius & placidius peragi poteſt: & hac ratione illius effectus uariari neceſſe eſt, quemadmodũ etiã currendi modi, dum uariantur, alij in rectũ, alij in obliquũ, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij 2 d tu ua. cap. 10. 6 epid. cõ. 3. aph. 2.

C per plana, alij per inaequales, uel montuoſas uias aguntur. Curſum quẽcumq. febrientibus detrimentũ afferre, prudẽter traditũ eſt ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos curſibus curari ſcribentẽ de ſolo uehementiore ſermonẽ habuiſſe ſentio, quando etiã in libro de paruae pilae ludo, illũ ueluti non ſalubrẽ, & plus aequo uniuerſum corporis habitum extenuantẽ, nihilq. uirilis exercitationis habentẽ iure improbauit. De hoc itẽ currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi curſum uehementẽ exercitationẽ nuncupauit. alioqui Galeno repugnantẽ ſententiam tuliſſet. Eſt igitur curſus uehemens fere ad ſanitatem defendẽdam noxius potius, quam utilis, ſiq. ullum iuuamẽtum affert, proculdubio carni, atq. immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti cõprobauit Coelius Aurelianus. confert quoq. ex Hippocratis ſentẽtia ualde humidis corporibus, quo & ipſa humore exinaniantur, & humor amplius, atq. 6.epi. cõ.3. Aphor. 31. ibidem. Aph 2. lib. 4. chr. cap.4. 1.de Diaeta.

citius

citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdã stre- D nue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione sint liberati. Legitur apud Plutarchũ in Demosthene Orchomenium Laomedontẽ ad repellendũ splenis uitiũ ex medicorũ praeceptis longis cursibus usum, atq. ita corpore laboribus subacto certaminibus sese dedisse sacris, & inter optimos euasisse Dolichodromos. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto

5. partic. prob. 9. male afficiuntur, ex quo Aristoteles quaeres, cur, qui detrahere ad ima genus omne excrementorũ putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quã in ceterorũ animaliũ facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniã motus uelox, cum uires in tendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, E & caloris, praeterea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit, ex quibus omnibus locũ superiorem aegrotare necesse est; & icirco

li. 2. ad Timot. ca. 1. sapienter Theodorus Priscianus scriptũ reliquit: cursum uehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atque placidus ad corpora perbelle calefacieda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet, priuatim autem defluxiones, atq. catharros curare, & aliorsum uertere idoneus est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur, sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Stomachum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus liberat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendũ con

lib. 3. ser. 2. cap 28. sulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu

lib. 2. ad Timot. c. 25. mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & feminis profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam

Oribas 6. coll ca. 21. praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpionibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen sententia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

si

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio, pedes atq. crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda secū uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incommodis (quae est communis remediorum omniū natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quā ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimēti reddit capacio- lib. de affe. tea. 5 partic. Prob. 38. 5. partic. Prob. 91.

B rem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum; neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinā aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam scrutans, qua illis, qui leniter moueutur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero currunt, & si nullam antea grauita- Aph 115. Lib.29.c.1.

C tem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniā in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendētes ibi firmantur; in currentibus aut̄ m, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti cōtingere in pila super pauimentū iacta cernitur, quae si blande iaciatur, ibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autē legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi, quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerū de alijs uehementer currētibus. Achanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine (ut fusius diximus primo Variarum lect. cap. 2.) pectoris uenas latiores instar uaricis significās. Alioqui scri- 6 Epid. com. 7. Me. ho. In Meth.

ptum

5.prob.16. ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in buhonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum
lib.3.c.53. cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, ne emingendi ipsis potestatem faciant. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse,
lib.4.c.8. traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Rufo. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro
ibidem prob. 36. quo id silentio nō esse praetereundum duco, quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis ob uiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus
2.d diaeta. ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At re-
Oribasius Loco cita. cursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque utilis est; eicirco non replet caput. Circularis uero cursus secun-
2.d diaeta. dum Hippocratem carnem minime diffundit, attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propereaq. acutissimo spiri- F tu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab
In lib. de insom. ipso in ijs commendatur, qui nigra astra iñ insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uer-
lib. de Vertig. tiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoraeem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius affieiunt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto eorpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

A & carnem calefaciunt. ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs, uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo curreti prodierit, etiam B si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quique coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolũt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisque coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusque a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiũt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius C forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

Li. 1. ad Ti mot. c. 11. 2. d diaeta.

lib. de Insom.

2 partic. prob. 30.

Quid praestet saltus. Cap. IIX.

ALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

re

re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ue D
hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi in-
flexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pe-
ctoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat
5.Meth a Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulie-
In prin. de nat. pueri. res abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, cete
risq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiam
ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit,
nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firma-
14. de usu partium. mentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta,
quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faci-
liter disrumperentur; quod munimen cum humani generis femi-
nis nequaquam concesserit, opinor eam eo consilio id effecisse, ut
cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet sal E
tandi occasiones ipsis effugiēdas esse. Multae sunt saltus species, qua
rum duas Oribasius Antyllum secutus nominant, exsilitionem ui-
delicet, atq. saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quo-
dammodo cursui adsimilatur, hanc sententiam tulit, illam diutur-
nis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexio-
nibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapi-
tur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus,
ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiam
In eius vita cap. 83. intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum,
ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic in-
firmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae
calculis, quibus affli̇ctabatur, saepe occurreret. De saltu uero pro-
prie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed
quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus
concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, &
ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod F
Li.2.c.11. si ad nates efficiatur saltus, qualē Lacaenarum mulierum fuisse iam
diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat,
Lib. 1. cur. chr. cap. 1. & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum pu
to, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνδυπαίδυτον ἀνείλη-
σιν laudauit, sicut & ἄφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam men-
struas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expel-
In li. de na. pueri. lit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quo-
que retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui su-
pra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat,
lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-
nuas,

A nuas,& nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus
altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimen-
tum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas
reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; cete-
rum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel
hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus
crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex
Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui lib.3.c.53.
qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omni-
bus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio
ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob ali-
quod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ip-
sis supplere, redundantesq; humores exinanire manifestauit Gale- 6.epi.cō.3.
B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum aph 2.
apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, Lib. de pas
qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillita- sionib.ren.
tem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut
mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu
ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium, quae omnia de sal-
tu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel
lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs
in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophrastus, quod il- 5.partic.
li inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: pb.8.i lib.
hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi con- περὶ κό-
uellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero ponduscculis πον.
manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit,
C quando saltans id manibus tenet, qui quasi nititur, quo minus fa-
tiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem qua-
tiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atque otiosis;
quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, Aristo. lib.
& explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter ue- de cōi aīa-
locius mouentur. liū gressu.

De Halterum condicionibus. *Cap. IX.*

ALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atq.
uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. Orib.lib.6
ipse Galenus, dū in huiusce modi ponderibus apprehē- cap.34.
dendis, iactandis q. musculos omnes, atq. neruos uali- 2.d tu.ual.
dissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut assatim cor-

pus

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum, quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri memoriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus huiuscemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo cibus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: laudat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras appellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo interclusi mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Galenus cuidam, qui mordax, praecalidumque semen inter emittendum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret fussit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curando huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduerteret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen, uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatulentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum curationem, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit. Verumenim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequaliter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximā, qua brachia utuntur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quam rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, & exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercitationi proposuit sub hisce uersibus.

6. de tu. ua. cap. 14. — Li. 3. chro. cap. 2. — 6. de tu. ua. cap. 14. — Lib. 9. c. ult. — de cōp. me. p genera. cap. 2. — 6. epi cō. 3. aph. 2.

Lib. 14. *Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?*
Exercet melius uinea fossa uiros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero particulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuuare, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres ac lapides propesphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue ac faciebant antiqui halterum exercitatores. ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus expectari debeant. 5. Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. *Cap. X.*

B

De disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire, C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in longius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur, cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi possent, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In 6. epid. cō. 3. aph. 2

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dis- D
solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter
lib. 2. c. 12. uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est. quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud minime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Aesculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, E
ambos sanitatis magistros arti iaculãdi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuentes, huiuscemodi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem possidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia F
compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud igno-
5. de finib. bo. & mal. randum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto.

De

A *De deambulationum qualitatibus.* Cap. XI.

I ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: siquidē nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeque corporis partibus, & prosit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in B quamplurimis alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas sciungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post rectos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nō est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus. atque de hac erit tota nostra tractatio; cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia existit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

 me-

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersiuae, atq. D
hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, uel calcibus. A loco, quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, uel sub Dio uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae aestate, aliae mane, aliae uespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae, sicut apud antiquos

Oribas. 6. colle. cap. 21.

fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum uenire, quado iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post sublitionem oculorum, & post copiosum uomitum: atque hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitudinis sensum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque dissoluere.

2. de diaeta. prope finē

de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare. Atqui deambulationum simplicium mediocris ceteris omnibus ma-

16 famil. Epist lib.

gis ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus quando is Tironi consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinque postulari scripsit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui solutionem facilē. medio- F
crem autem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tra-

Orib. ibid. 7. epist 79.

didit Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci, nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac lo-

Ep. st. 79.

quebatur Seneca, quādo sese destillationi, a qua ualde affligebatur, deambulatione succurrere fatebatur, hanc eandē pro insania, proq.

Lib. chr 1. c 5 & li. 3. cap. 5.

asthmate curandis Caelius Aurelianus commendabat: est uero etiā maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur. nō mediocriter quoq. coxendicis mor-

bis

A bis prodest, & ad summam omnibus ijs, in quibus necesse est aut a superioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad inferiores partes propensa feruntur, excercitie. Item uero febrientibus omnibus deambulatio huius cemodi ol est, nimirum quae, ut sentit Galenus, calorem, & consequenter febres augeat; nocet epilepticis, sanguinem excreantibus, mingentibus ue, aut seminis defluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere calefacit, magnitudinem carnis, si quid aliud, tollit. cuius gratia Coelius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur calor, atque in polysarchia adhibendam esse iudicauit. Ambulationes tardae fere eadem praestant, quae ab apotherapeutica effici diximus: quo circa ualetudinarijs senibus imbecillioribus, & ijs, quos post cibum ambulare delectat, quiq. nuper a somno ex
B pergiscuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas sese praeparare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodate erunt. Has etiam esse crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a cena ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius absoluitur coctio accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro reficiendis corporibus exsiccatis commendat. In capitis dolore Coelius Aurelianus probauit, ut laborās deambulatione exerceretur, primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuē probauit, nempe quae sine capitis concusione humores a supremis ad infima deducere, eos leniter dissipare, attenuare, & uniuersum corporis habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gratia eam in quartanarijs, ubi paroxismus non affligit, iuuare, mino-
C rem fatigationem quam stare pedibus afferre, tradidit Galenus. In spirandi difficultate & in sacro igne similiter, quem graeci ἕρπητα, Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem huiuscemodi conducere testatum reliquit Cornelius Celsus; quam & pro elephantiasi curāda in usu habendam esse consuluit cum eo Coelius. uehemens siue nimia deambulatio frigidos adiuuat, & ea ratione a Celso ad debellandum corporis tremorem usurpatur; anhelitum auget, & flatus discutit, ac capita debilia magnopere perturbat, & ob id iure reprehendendus est Praxagoras, qui in epilepticis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhibebat: pedibus similiter debilibus, & suscipiendae podagrae expositis nocet; quandoquidem ob nimias deambulationes non raro ischiadicos dolores & podagram generari, scribit Galenus; sicuti ex aduerso remissam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

a

6 Epid. com 3. aph 3.

li. 4 chro. cap. 7. & lib 5. c. ult.

2. de acutis 2. 1. doct. 2. ca 7. par. 1. 13. 7. Metho.

1. chronic. cap 1. Cap. 4.

1. ad Glau.

lib 3. de re med. c. 33.

li. 4 c. 4 & lib. 5. c. 28. Li 4 chro. cap. 3.

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatio- D
ne molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. debent enim (ut scriptum est a Tralliano) qui podagra & articulorum affectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potissimumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduersatur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsisq. aliam rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, arripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio secundum Antylli sententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem male affectum habent, & a quibus infernae corporis partes non nutriuntur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca uero prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, & quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut E
non immerito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. ob idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duodecim stadiorum spatium gressu conficere suadebat. Longa & concitata singultui comprimendo secundum Aetij sententia strenue prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis caput labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epilepticis damnatur; cuius rei caussa ambulatio quoq. circularis merito improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & oculis uehementer noceat. Nã Cassius medicus antiquus in F
libello problematũ, quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans, ob quã motus recto tramite facti uertiginẽ non generent, sed solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime dissflationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non sinunt, quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agitantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire ualentes motũ in capite uertiginosum efficiunt. sicuti namq. icterici omnes externos sapores amaros sentiũt, & qui suffusiones in oculis patiuntur, quoscumque colores rubeos iudicant, similiter in circularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumbendo fiunt, quemadmodũ scriptum est ab Antyllo, capiti male affe-

cto

Oribasius ibidem. lib. 1. c. 4. Lib. 3. c. 33. Cel. lib. 3. chronic. 7.

Probl. 38.

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulfio, purgationi fuppreffae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia furfum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obferuatum fuit, proprie lippientibus, & aluo fuppreffae utiles effe. Quae uero totis pedibus fiunt, cum fub aliqua femper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipfarum etiam facultates obtinere, rationi confentaneum eft. Atque haec de fpeciebus ab ipfo motu defumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum fpecies, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adfcendendo, aut
B defcendẽdo exercentur, fi fiant adfcẽdendo, ualde profecto uniuerfum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam fuftinentur ab ijs, quae primum mouentur inftrumentis, reliqua corporis membra uniuerfa. fcribit Ariftotel. ambulationes per accliuia, tametfi fint hebetiores motus, magis fudorem prouocare, quã per decliuia, nec non fpiritum prohibere; quoniam graui cuiq., ut deorfum ferri fecundum naturam eft, fic ferri furfum contra naturam, itaq. caloris natura, quae noftra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, fic per accliue preffa onere nititur, acriusq. ob eiufmodi motum incalefcit, & fudorem mouet, & fpiritum prohibit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre cauffae pofsit, ut directa fpirandi reciprocatio auferatur. qua ratione fecundum
C Antylli fententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui fpiritum exiguum ducat, & praefertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnunquam fupplet. Legitur de Demofthene, confueuiffe ipfum adfcendẽdo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo fic productae fpiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, affuefceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduerfatur; propterea quod dicebat Ariftoteles, dũ adfcendimus, non corpus furfum iactare, diftentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipfa, quae fecundum naturam in anteriorem partem flecti nata funt, quafi contra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae defcẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ laedit, nimirum quae & eiufdem Ariftotelis fententia in hoc mo- 5 partic. prob.

1. d tu. ual. cap 9.

2. partic. prob 38.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer fatigantur. Ambulationes quae tum adscendendo, tum descendendo peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarie tate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sententia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformitatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad corpus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam factae in aequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito deambulando defatigantur. atque hoc Antyllus intelligebat, cum ambulationes, quae in uijs peragũtur, minori cum labore fieri scripsit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phaedro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praepofuit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischomacus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae praetulit. in his tamen disterminandis ualde refert, numquid in pratis, in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniam si fiant in pratis, blandissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentant, nihil commouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Factae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxime profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) aguntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firmandas, corroborandasq. cuius gratia Augustus dum coxendice, & femore, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte claudicaret, hac deambulatione confirmabatur, sic enim locum Suetonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arũdinum remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxiones, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad continendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo fieri debet, edocuit Cato lib. de rerust. cap. 160. Ad materiam subinde, e superiis ad inferias partes deducendum, eamque dissipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis paralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

aut

Marginal notes: lib. 1. c. 1. — Oribasius. Loco citat. — In Oecon. — In uita Augusti. c. 80. — li. 2. chro. cap. 1.

D E F

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisque iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitruuio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant: & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dißipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplißima, & ornatißima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambulationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt. quando in rore, humectant nõ sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacißimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed quae

Lib. 3. c. 2.

Loco citato. Lib. 5. c. 9.

Oribasius loco citato

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uētis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quā parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, uelutí quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimq. Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur, si sicca, licciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solum in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiūt, quam quae tecto subest: quoniā aer assidua q̄ladam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Lib. 3. chr. cap. 2.

Lib. 1. c. 2.

In 2. de morb.

5 partic. Prob. 34.

D E F

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum fugere expedit. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat, atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mor deat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo ope- 3. Sympos. prob. 1.

B ram nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub ijs umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud Cap. 11.

C adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiem a somno contractam dissoluit, spiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis cõuenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conquiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine laborem fundum uentriculi descendit cibus: illis 2. de diaeta. lib. 1. chro. cap. 4.

pariter,

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambu D
6.de tu.va. latinnem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Are-
cap.7.2.de taeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam
cōp. med. uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post
Cel lib.2. prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem cibo-
cap. ult. rum intertuibat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod
2.de diaeta. licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare E
confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione, iam cetera aggrediamur.

Explicit Liber Quinctus.

ARTIS. GYMNASTICAE
LIBER. SEXTUS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. I.

OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demõstrauimus, hanc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculũ foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, B quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auerroes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud debile a natura, uel casu fortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quã ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiã in renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, cẽsuit Rufus Ephesius. debent quoq. huiuscemodi exercitationẽ auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur, quã sententiam nisi medicorũ auctoritas cõfirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. mo C do hernias, modo uarices, modo ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generẽtur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cũ quandam mulierem Ianũ rogantem de amici uictoria futura deriderct, uolens significare ob importunas mulierũ petitiones haruspicem, si cunctis inseruisset, stãdo, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laboraturũ, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoq. scimus omnes, laboriosum uirũ extitisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus affli&tabatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uideantur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibũ, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae, quoniã uel in

6. collect. cap. 2.

Lib. de pas. renum.

Saty. 6.

Plut. i eius uita.

sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demũ D
etiã uariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, &
uel ijs totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus scilicet, &
summis digitis stamus. Ante cibum stare uentriculi excrementis
inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adiuuat,
uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, &
siquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices sup-
plere potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur
uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius
caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam
Petrus Ap ponensis 5. partic. prob. 1. similis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia
(quod scripsit Aristoteles) minus homine tussire, minusq. catharris
uexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus haud
ita uapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt. E
Qua item ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si al-
to capite dormiãt, minus a catharris se uexatum iri putant, cum po-
tius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris mẽ
bris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus a uapo-
ribus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluãt.
Quamuis secus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in cõficiendo ci-
bum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud Aetiũ ma-
gnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput altiori si-
tu contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accõmodetur,
& ob id nutrimentum minori molestia coquatur. Atq. hoc intelli-
gi debet de ijs, qui multum stant: stare etenim pauco tempore exi-
guum quid prodesse, neque multum obesse potest. Qui porro com
muni illo effato, Prandia post stabis, inducti post sumptos cibos sta- F
re delectantur, ij scire debent, si mediocri quodam tempore stetur,
descensui ciborum in uentriculi fundum id insigniter cooperari, &
consequenter illorũ concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui
ullam effatu dignam laesionem afferre: uerũ si multo tempore ita
quis permanserit, praeter molestiam, qua ob ciborum interdũ pon
dus, praeter lassitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offen-
siones subire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia superio
rem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad in
feriora praecipitat, atq. inde ulcera in cruribus, gonagras, & poda-
gras generat, deinde thoracem, atq. spirationem uniuersam nõ pa-
rum labefactat, uti ex difficultate spirandi tũc apparẽte facile quisq.
cognoscere ualet: postremo renes, atq. uesicam, & totam mingendi
actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex simili situ ad

A eas partes deferuntur, renesq. & lumbi uehementer incalescunt, debilitaturq. ut non temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renũ laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differẽtijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumq. adnexa reperietur, illius effectus cõtinuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atq. humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum destantibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit, immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole nos magis deuri, quam dum mouemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi consentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetiũ ex Antylli sententia legũtur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacedo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius maior nõ modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: Nam si antea quam corpora soli exponãtur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

lib. de affe. ren.

5 sectio. prob 34.

B

Lib 3. c. 3. Lib 3. c. 6. 9 de cõpo. med. s l. c. 4

C

Plin. nepos lib. epist 3.

Gal. de causis morb.

Coel. lib. 1. ca 4. & 5.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter ijs, quibus calor na- D
6.epid cō. 1.ap.10. 2.de tu.ua. cap.12. tura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiritumque crassiorem, densioremue efficiens, asthma, & orthopneā exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animad-
Lib 1.ser.3 cap.32. uersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, nempe quae E supra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire su-
4. partic. prob.9. lib.de caus. ūs morb. spicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radijs minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus calefacere, qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, & currentes: pa- F riter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelliguntur. stare namque calcibus innixos non modo laborem ac molestiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum essatu dignum praestare creditur: quemadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequenter utatur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis a lijs prospectare ualeant, cuiusgratia ab antiquis speculator, siue σκώψ pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbellae formam superciliijs admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

De

A *De pugnarum effectibus.* Cap. II.

PVGNARVM, quae maioribus nostris ad ualetudinē inseruierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinent, aliae fiunt cum armis fictis, neq. incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnā aut palum, aliae aduersus umbrā, atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum 6 epid cō.
ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae om 1. Aphor. 6.
nia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando arma- 6. coll c. 2.
B tum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν 1. de tu ual.
dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, c. 8 10. &
ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum lib 1. fen. 3.
itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus ho- doc. 2. c. 2.
mines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, Lib. 1 chr.
deinceps brachia atque humeros confirmat, crura & pedes mirum cap. vlt.
in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat, renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκιαμαχία porro, siue aduersus 6. Epid.
umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod com. 1.
C celeribus exercitationibus conuenire supra monstrauimus, proprie aph. 5.
autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercita- 2. de tu ual.
tio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affe- cap. 10.
ctionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, 6. collec. apud Orib.
ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam cap. 29.
utilis uitijs, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in ijs qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tanquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere,

& uim maiorem corporibus inferre, quam istam: quoniã, ut ab Alexandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae; fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdẽ resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cũ robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem aliam spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλιτοπάλη ab Aeschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem, quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia post plurima alia exercitationum genera comprobata dixit. Tum » hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt cum de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hanc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna nõ uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea quod cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusq. necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

1. Libro. Prob. 120.

Loco cita.

2. de tu. ual. cap. 10.

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quamque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referar, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertasse, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui
B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- lib 3 c.23. lib. de cōp. cap. 18. lib 28. c 1.
C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.
Cap. III.

MVLTA apud antiquos extiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad- 2. de tu. ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2. d tu. ual. cap. 10. Lib 3. c. 3. lib. 1. c. 17. Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1. 2. d diaeta. lib citato cap. 11. Lib 4. c 4. loco citato
uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
& proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra
hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
partes corroborare in animo est, sicut ijs ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in ijs qui ab arida tussi
exagitãtur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλε-
θρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato.
bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis,
quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
uexatur, ualde obesse reor, haud secus atq. capitibus male affectis
uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
nibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosis, tum apo
pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
tationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
In Miscel. cap. 38.
ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce
modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora as-
firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet.
sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã
podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
usum extitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudi
nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2. d tu. ual. cap 9. loco citato
non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno
non nulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
comprobata, quae, ꝙ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui

conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro poly'archia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Pari etiam pacto si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uo- Lib. 5. chro cap vlt.

B lenti permittat, crura maxime corroborare poterit, queadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxijs minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cõplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne u scera labefactentur ex nixibus illis qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, reni-

C xuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atq. renes debiles habentibus nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui non sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utantur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

De spiritus cohibitionis facultatibus. *Cap. IV.*

Cap. 6.

ETENTIONEM spiritus speciem quandã exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque', si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quãdoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tantum ab ipso quaedã impelluntur, quaedam trahuntur, nam traduntur quae ante occurrunt, attrahuntur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraque coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, nenon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare, quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumentorum

Marginal notes: 2. partic. Prob. 2. d diaeta — 3 d.tu.ual. cap 2. in lib. artis med. c. 87. Li.1.fen 3. doc. 2.c.2. — in symp. 2 partic. Prob. li. de med. fac par. & libro 2. de symp. cau.

Right margin letters: E F

A torum respirationis intemperie contractam exstingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obsessa gerũt, quiq. expulsiones quascumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido flatus dissipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumẽti resolutione: uim B namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineãt, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt. in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiuscemodi spiritus cohibitione an eurismata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenzoar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt: C quamuis Cassius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euersos scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamẽ huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ac uniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

Tetrab. 4. ser. 3. c. 10. 11. partic. prob. 48. Prob. 20. lib. 27. c. 6. Li. chro. 3. cap. 1. & 2. lib. 4. c. 7.

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum reten- D
lib 1.c.4. tum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum E
laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus ijs peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com. 4. tex. 24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: F
alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

Coel. lib. 2. cap. 23.

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione & cantu. Cap. V.

OCIS multas, sed unam praecipuam exercitationẽ effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionẽ, sermonem, risum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perspecta nihil rema-

A remanebit, quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna códicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalē calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augmentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisque tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumētorum humiditates internae

Oribasius lib. 6.c 8. lib de tuē. san. lib.1 c.29. lib.3.c.5. lib.1.f.3 d. 2 cap.2. 6 colle. cap.2.

B consumuntur, quod euidentissime declarat densus vapor ex ore uociferantium prodiens, & superfluitates uetustiorū humorū unicuique meatui ad haerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur, quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium exsistere. quē admodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au-

C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis. hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ καίριόν ἐστι, necnon etiam in coeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiā

Alexan.r. prob 87.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem conducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natura male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam, & longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, partim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudine contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumini uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex silentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uocis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq. uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uocalia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namque exercitationem a cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliquationem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem faciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uociferatione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote nescio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instrumenta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Aurelianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudēter addidit (si ferre ualeat aeger.) Nam ea uociferatio, quae uehementius peragitur & interdum ἀναφώνησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur, uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν, haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratione Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehementer concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Plinius q. nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit. eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est ignorandum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferationibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praesertim iis, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim iis uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euidentibus

Margin notes: 2. de diaeta. — Cap. 7. — Lib. 1. chr. cap 4. — 2. de cur. chro. c 6. — In lib de p ception. b. li. de instr. odor — 7. de cōp. me s l c ... — 4. de locis affe. — lib. 5. epis.

Margin letters: D — E — F

A tibus eruditatibus stomachus uexetur, ne ex actione inspirationis, & exspirationis, quae firmior, & citatior facta sit, dum uox in magnitudinem, & multitudinē accrevit uapores corrupti largius per corpus distribuantur. Propterea mouebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem sonum edere, quod acutae uoces capitis distentiones, temporum palpitationes, cerebri pulsationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt, mediocriter autem uox edita capiti prodest: cauendum est quoque ab eius usu post cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Aristoteles, histriones, choros, & huiusce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui spiritus tum cibo ingesto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum asperam arteriam exulcerat, sicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum est, ex Plu B tarchi consilio, ne quis conscius sibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exasperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgiosos clamores exerceat; siquidem inaequales illae spiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulsiones inducere solent. Post uociferationem succedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam consistit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre potest, qua uociferatio destituitur. Nam scriptum est ab Alexandro, onera portantes, si cantent, minus molestiam sentire, quoniam animus modulis, ac numerorum suauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae similiter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Aristoteles quoque confes- C sus est) tibias & sonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte suorum anguntur, & maerent, uel morbo sollicitantur, homines congregari, uarioq. uti sermone solitum sit: quandoquidem animus, cum se ad uerba transferat, minus rem sentit aduersam. Quod intelligentes ueteres, uaria scenarum oblectamina sibi excogitarunt, ut animum solatijs modo his, modo illis exceptum ab angore seiungerent. De cantu siue uociferatione cum harmonia adhibita scripserunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praestare. At in morbis ipsam aliquando usurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium musico monitore compositum insanientibus in declinatione conducere scripsit. refert insuper Aulus Gellius, se apud Theophrastum, ac Democritum inuenisse uiperarum hominumque morsibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

1. cur. chr. cap. 2.

Partic. probl. 11. Prob. 22.

li. de tuē. va.

libro 1. probl. 76.

19 partic. prob. 1.

Loco cita.

Li 1 chro. cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatque, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Veruntamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt, antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

[Margin notes: In lib. de tuen. ua. — loco citato — Gal. li. 7. de cōp. med. sm loc. c. 1.]

Margin letters: D, E, F

De

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus. Cap. VI.*

LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem; alteram remissiorem. Lectio intenta, quam Cornelius Celsus auctor elegantissimus claram nuncupare maluit, cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutarchus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calorem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; omnes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, neque concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conceptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum recepit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, locupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quorum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem lectionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patiebatur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore difficilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper clara lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidem per ipsam pituitosa excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli- C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum remedium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pariter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore genitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum uociferatione procedēdo legant. Sic ad phthisicos, atque tabescentes ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem faciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiēdum, deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fuerit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum temperatum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec de intensa ac uehemētius facta lectione, quam Celsus etiam in tussi sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Ceterum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, nisi quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post

ciborum

Lib. 1. c. 2.
Lib. de tu. ual.
loco citato
Epist. 97.
lib. 1 chro. cap. 1.
Li 9. epist. penult.
Cel lib. 2. cap. ult. loco citato
lib. 4. c. 4.

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D
18. partic. prob. 1. quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scriptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere incipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, & ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacientes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestantes minime, dum lectitãt, dormire, eo quia intellectũ firmantibus ipsis calor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somniculosi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem succedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamẽ praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo inter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam ijs in primis accommodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, quique aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus torpentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpurgantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, partim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra sermonis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quandam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribusue alijs eius affectibus sermonem interdicendum fore, sermo praeterea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pectore eiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Celsus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os continere sitim exstinguere. quam sententiam explicans eruditissimus Plutarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristitiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit. Triennio (ait Plinius) Maecenatem Mesium accepimus silentium sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dissolui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in accessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium superfit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obtineat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem, nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutarchi

Oribasius lib. 6. c. 7.

lib. 4. c. 4. 5. Meth.

6. Epid. com. 3. in lib. de loquacitate in fine.

lib 27. c. 6.

loco citato

E F

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupientibus sufficere possunt. Hactenus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autē duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertissimum argumentum exsistit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεστον, sicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem significat dedu-
B ci tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, post cibum commendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de caussa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolen- 11. partic. probl. 13. & 15. & 35 Partic. proble. 8.
C tes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius.

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακόν, idest 2. de repu.

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituum effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam ut talis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur- loco citato libro 1. Prob. 19.

sum

fum efferri, ſic per alimenti deſiderium ima petere neceſſe eſt: igi- D
tur utralibet mouendi ratione perempta calor inſitus interit, & uis omnis uitalis euaneſcit. ut non abſque ratione Homerus finxerit
Odyſſ. 3. Procos riſu emori,

Ατὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀναχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, ideſt,
tum Proci illuſtres
Manus extollentes riſu emoriebantur :

li. 1 de pae dia Cyri. Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, riſum huiuſcemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodeſſe. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiuſce generis riſu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum oſſa, dorſumque oblaeſum animaduertimus. Fletum tametſi Ariſtoteles in pueris laudauerit, quaſi eorum corpora flendo contracta, & con- E
2. Tuſcul. tenſa robuſtiora euadant, Ciceroq. ſcriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiſcere conſueuiſſem, ut ſe intenderent ad firmitatem; exiguum tamen uſum in tuenda bona ualetudine habere certo ſcimus: pueri namq. fortaſſe a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu inſueſcunt, quippe qui ſtatim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius cauſſam So-
In Iſagog. cap. 17. ranus epheſius explicauit eſſe; tum quia tenuis ſpiritus a luce concutitur: tum quia in fuetam terram attingant, quando mulieres in
Prob. 61. lib. 1. nanibus parientes mutum edunt. quam ſententiam ſecutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos eſſe, qui animum dicant, quod amiſſo caeleſti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nuſquam uideo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, F
loco citato 5. Aph. 54. 1. de tu. ſa. cap 8. praeter Ariſtotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque atteſtari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto ſpiritu ob uires defatigatas reſpirare ſentit. qui item a fletu nonnunquam febres accedi perſpicue teſtatus eſt. quatum ſub inde oculis ipſis detrimentum afferat, inde conijcere faci-
In proh. liter poſſumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (ſi Caſſio medico credimus) defluentibus eos conſumi neceſſarium eſt. ut
Lib. 6. cap. 6 cur. ocu. ſumma cum ratione eloquentiſſimus auctor Cornelius Celſus continuos fletus oculos imminuere ſcriptum reliquerit: ne ſileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia inſtrumenta inter flendum madefacta, exaſperataue, eam raucam efficiunt, tuſſesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguū emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco similem uocis exercitationē dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiā si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale. 4. de pla Hip & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.

RICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi com
B pertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio describ ptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaque inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam inteuta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figuratum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum esse omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnē uiolentiā laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluū citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusque crurum sollicitari cōsueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de- 6 collect. cap. 26. Oribasius loco citato

C (margin letter at "se omnes affirmant")

Gymnastica. T bent;

bent; quoniam in alteris ſpiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos fouent, ac incredibiliter augent. Inde eſt, quod Aretaeus in curatione, epilepſiae ſolam eius uertiginis inſpectionem, quam facit inſtrumentum illud, quod βεμβῖκα dicunt, & de quo ſupra ſumus locuti, epilepſiam inducere monuit. Hoc fortaſſe exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alſulegian cum pila magna, aut parua lignea, niſi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a noſtro differre demonſtrat, nempe quod ſit debile, ſoliſque paruis ſphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidē genus dorſum ob inclinationes cōtinuas E
exercet, attamen caput offendit, atque renes in quorum ulceribus ἐξαπιναίως ἐπικύφεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Gal. exercitationes inclinato capite, dorſoue peractas nequaquam illis conuenire, qui occaſione qualibet leui uertigine, epilepſia, ophthalmia, auriū dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequētior eſt pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnaſtas caruiſſe nemo non fatetur; ſed quanto magis tēporibus noſtris penes cunctas nationes ipſa inoleuit, tanto magis neceſſarium uidetur illius facultates declarare. Nam quod ex magnis ſit exercitationibus, ac uehemētibus facile eſt & a labore, qui ſuſtinetur in ipſo, & ab eius natura conijcere; a labore, quoniā ſudor, defatigatio, rubor faciei, ſpirationis ma- F
gnitudo ut plurimum in ſic ſeſe exercentibus oboriuntur; ex natura uero eius, quia cum, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum iactatio, dorſiue totius obnixio quaedā adhibeantur, indubitatam fidē faciunt, nequaquam abſq. uiolētia, aut magnitudine huiuſcemodi exercitationē conſiſtere. & iccirco probabile ſit, ipſam calorē natiuum augere, excrementa euacuare, ſomnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleri certum eſt, quando Gal. hoc uitium magnis exercitationibus adſcribendum eſſe iudicauit. Quantum porro ad particulares effectus pertinet, in hanc ſententiam uenio, pilamallei exercitationē praecipue brachia, atq. dorſum exercere, ſecundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mēbra iſta confirmare ſtudent, quique multitudinē ciborum perbelle

confi-

libro 1. fen. 3. do. 2 cap. 2.

In lib de of fe ren. ſ de u.ua. cap. 3.

A conficere, succos, utiles per uniuersum corpus distribuere, & super fluitatem, tam per sudoré, quam per secretam difflationẽ exinanire intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus, ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de caussa destruuntur, exercitationem istam minime accommodari: tanto minus illis, quibus capita male affecta sunt, aut aliquo pacto imbecillia. nam, & qui dorso non admodum ualent, quique renes calidos, urinasq. acres habẽt, ex talibus motibus summopere offenduntur, sicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflammationem, aut alium tumorem pati solent. Summatim possunt, qui sanitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandum pilamalleo sese exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine occupantur, omnino abstinere debent. illudq. semper memoria tenere operaepretium est, quae de exercitationibus bona a nobis pro

B mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis, modi, atque corporum seruetur, quam in 4. lib. necessariam esse monstrauimus. alioqui si negligatur, mirum non sit, loco bonorũ inemendabilia mala succedere: quemadmodum saepenumero in proposita exercitatione euenire certo scio, quae cum fere post prandium a plurimis agatur, nullo salubritatis loci, ac temporis habito delectu, nõ sua culpa, sed exercentium in curia perniciosas affectiones, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut diligentiam, a Maioribus nostris in exercẽdis corporibus obseruatam, quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atque membrorum robori consulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, & sanitatem simul deperdant, & honorem, dicẽte Galeno nostro ma- 5.ã tu ual.

C gnum dedecus illis esse, qui a natura sanam corporis constitutionẽ sortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam corrumpunt, atq. morbosam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorsum, alterum, quod illis euitandum est, quibus dorsum est imbecillum, sciendum erit, Galenum uoluisse, in sinibus debiles partes numquam exerceri, in 5.ã tu al. alijs semper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuisse cap. 3. existimo; quoniam debilitas senum emendari non potest, cum ex uirtutis motricis defectu proficiscatur, aliorum uero reparabilis est. unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas consulimus, semper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non autem de recenti, atq. de curabili, dicta nostra intelligi uolumus: ne a Galeni placitis, quem omnes medici sequi tenentur, in hac sententia recedere uideamur.

1. d tu. ual. cap. 8. 6. Epid. com. 1. aph. 6. Quitationem, quã Galenus aliquãdo inter ea, quae exer-
citationes ſimul, & opera nũcupat, adnumerauit, ex eiuſ
dẽ ſententia magnam exercitationẽ eſſe, aperte cõſtat.
Quo circa, quantũ ſit ex ſe, poterit natiuũ calorẽ auge-
re, & excrementorũ inanitioni opitulari. Eſt aũt nõ parua differen
tia, an equus (ſic appello equũ, mulũ, & aliud qđ uis portãdis homi-
nibus accõmodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an ſuccuſ-
Oribaſius lib. 6. c. 24. Aet lib. 5. cap 7. ſet; an aſturco ſit, ac tolutarius, an currat. De placida, & lenta equi-
tatione ſcriptũ inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, ſi placide equus
gradiatur, nihil magis, quã laſsitudinẽ, & praeſertim inguinibus af-
ferre. de hac inquã uerba faciẽs Hippoc. memoriae prodidit, conti-
nuã equitationẽ laſsitudinẽ magnã parere, hominesq. infoecundos E
& coeundi impotẽtes reddere, nec nõ dolores diuturnos, & claudi-
Prob. 12. lib d aere, aqu & loc. cap. 11. 4 Sect. probl 12. cationes generare. neq. iccirco ſentẽtia Hipp. dãnanda uidetur, qđ
Ariſtoteles cõtrario plane ſenſu ſcriptũ reliquerit, equitantes aſsi-
due libidinoſiores euadere; quoniã genitalia continua attrectatio-
ne, motioneq. incaleſcẽtia ſpiritu cõcipiunt, ſicq. coeũdi cupiditas
inducitur: ſiquidẽ Hipp. de placida, & nimis frequẽti loquitur, vtpo
te q̃ leni motu nõ ita calefaciat, & pendẽtes coxas, atq. pedes oblae-
dat: Ariſtoteles uero de ea, q̃ equo celeriter gradiẽte, & interdũ ſuc
cuſſante, ſed nõ admodũ frequẽter exercetur, uerba facit, unde par-
ticula (aſsidue) quã latini interpretes apponũt cũ in Graeco Ariſt. co
dice nõ inueniatur auferẽda plane erit. Haec etenim equitando fa-
locis cita. cta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderũt, totũ corpus labo-
rioſe cõcutit, & magis adhuc oĩbus alijs exercitationibus. Vnde ab F
lib 27. c. 7. Alexãdro Tralliano in dolore capitis, quẽ cauſſa frigida gignit, adhi
betur, ſicut in epilepſia, in ſurditate, praeſertim uero ſtomachũ fir-
mat. ut non immerito ſcriptũ ſit a Plinio, equitationẽ ſtomacho, &
coxis utiliſsimã reputatã fuiſſe. qua itẽ ratione in ſingultu curando
Lib 9. c. 3. Aet l b. 11. cap 30 loco citato ab Aetio uſurpatur, ſenſuũ inſtrumẽta ſubinde purgat, eaq. reddit
acutiora, hydropicos (ut ſentit Trallianus) ſi quid aliud, maxime iu-
uat, ſolutam aluũ & fluentẽ, dicente Celſo, coercet, crura quoq. te-
nuia craſſeſacit, quod Germanici exẽplo teſtatur Suetonius. Cete-
rũ thoraci maxime aduerſatur, necnõ ueſicae male affectae, in cuius
ulceribus curandis ante cetera huiuſcemodi exercitationẽ vitari pla
cuit Archigeni illi, praeſtantiſsimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis
etiam obeſſe ſcripſit Hippocrates, quamquã in hac re uarias auctorũ
poſteriorum exſtare ſententias reperio. Themiſon Methodicorum
princeps

A princeps in coxendicum dolore, ἰσχιάδος nomine a graecis appella to equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiã motus partium faceret uexationem: post ipsum idem cõfirmauit Theodorus Priscianus, &c, quem modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehementer coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

Coel. lib. 5. cap. 1. li. 2. ad Timo. c. 11.

Libro 4. cap. ult.

B

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor.

Cic. 2. Tusc.

Quo item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Nonius Marc.

Ad haec succussationẽ uehementer caput offendere, collũ & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquãdo in hunc modũ equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id. n. fatetur Gale.) agitare apta sit, proculdubio nunc proposita talis est, a qua nõ solũ interiora omnia cõcuti, uerum etiã suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unũ habere iuuamen potest, ut cibis, atq. crudis humoribus cõcoquẽdis, aluoq. ciendae, ac urinae prouiciẽdae, necnon a renum (quod Auicẽnae placuit) loco lapillis atq arenulis ad inferiora deducẽdis adiuuare queat. Sed, quoniã maioribus damnis cõmoda haec cõpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant cõsulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantũ, aut trainã uocant Itali, & de qua ita Martia.

2. de tu. ual. cap. 11.

C

li. 4 fen. 19 tra. 1. c ult.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurũ explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D
In lib. de paruae pilae ludo. dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia saepe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca su emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sa nitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari de-
2. de diaeta. bet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq. extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-
lib. 5. c. ul. Sect. prob. 13. reliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non parum offendit: quandoquidem Aristot. caussam indagans, cur, qui equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus calefaciēs ualde humores oculorum eliquat, & lacrymas inde ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos pertundant, sic aer occursans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. laedit E praeterea haec equitatio tam thoracem, & pulmonem, quam uiscera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur, fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis, alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usque adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectionibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot ossium fracturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascantur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant. Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis iter in sua obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinē, uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non ingenuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F tius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equitationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum conferre scripserunt Antyllus, atque Aetius, quasque nec ijs, qui medicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
locis citat. In Isagog. cap. 23. 6. epid. com. 3. aph. 2. ranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur, uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galenus. Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio parum male ualentibus usui esse mea sententia potest, nam, ut mollissime ueharis, tamen lassitudo inguinum, lumborumque & dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis corpus sustentare, perarduum est, ne dicam impossibile. accedit & mala, ac dolorifica illa concusio, si quo modo incitatius feraris. Va lentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-

chum

A chum firmando: sensus expurgando, acuendoque, sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum viribus Cap. IX.

NTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotandū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atque Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis αἰώρ ω uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehensis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus existunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solum sanis, & ualetudinarijs, uerum etiā longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur, quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib. 3. ca. 6.
lib. 2. c. 15.
locis. cita
loco citato

B
C

comprobasse, quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D
eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ca fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinē discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiā lethargosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitū digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis teno rem ad se reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui uale- E
tudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit
loco citato Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla duritiès, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (qui morbo plurimos Romae quasi ex cōtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. secta tor) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoi cis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stoma- F
chicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in arthritide, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati
7.Meth. sunt, atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus.
lib.2.cur. chron.c.7. Non est tamen ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atque thymum efficitur.

De

A *De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus. Cap. X.*

XPLICATIS ijs quae ab auctoribus de gestationũ facultatibus in uniuersum tradita fuerũt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores s. medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ possit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea acar li. 34. c. 17.
B gẽtea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã quis ceteris aeriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen lib. 2. c. 15. tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa- 2 d tu. ual. c. 11. nis, nisi aliter exerceri impediatur, minime omniũ cõueniat. Vale- 5. d tu. ual. tudinarijs, atq. senibus magis, queadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, q̃ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad expirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio duplex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitio- lib. 3. c. 6. ri scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1. iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, q̃ motus rotarũ uertiginem, caliginemq; faciat aegrotanti, quae passionis imaginẽ ferat. licet n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui 5. de tu. ua. ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnõ in hemi- cap. 3.

cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse

Loco citato. hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retrouersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iuvamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quãdo is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

Pelle soporiferi senium, nubemq. veterni,
Atque alacri mediam carpe vigore viam, E
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij monco male nota petorita vites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefacientẽ, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a

li.4. c. ult. loco citato Coelio cõmendatam inuenio: quam itẽ ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito perculsis ueluti optimũ praesidium usurpatã fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut prae dicta aliquanto remissior atq. blãdior exsistit, hic quoq. plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id factum credo: non ut F similis exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius,

Q. Curtius quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexander ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uentorum flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis caussis homines sani urgebantur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniam, praeter agitationem illam, quae plurimorum capita uexare cõsueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verum enim uero hac particulari cõmoditate non mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, q̃ sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad exercenda corpora, sed ad obeũda negotia necessaria, citra motus damnum, aut solatij, & exhilarandi

randi animi gratia: quẽadmodũ factitasse Augustum, quando a caena se ĩ lecticulã lucubratoriã recipiebat, auctor est Suetonius. Quãtum autẽ ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnastas usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbẽtibus. Decumbẽtes in lectica gestantur, ut Antyllus, Aetius, & Auicena memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexantur, hydropici, secundum Tralliani sententiam, apopletici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidẽ haec cõmotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam expulsioni aptam efficit, prodest subinde talis gestatio ijs, qui diuturna imbecillitate laborant, qui elleborũ sumpserunt: itemq; uigilantib. aut segnitie, & pigritia quadã oppressis, necnon ijs, quibus caninum in modũ appetitus intentus est, nimirum cum intẽtio illa sedetur. Ceterum sedẽtes ij lectica, secundum Aetiũ, portari debent, qui in integra febriũ declinatione cõsistunt. eadẽ ratione, & illi, q alias exercitationes obire nequeũt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cum adhuc imbecilles sint, vires reficere cupiunt, qui tarde alimentũ cõficiunt. Ex quo prudẽter satis Cornelius Cel. ubi phtisici nauigare nequeũt, lectica eorũ corpora dimouẽda consuluit: quemadmodũ Alexander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit. In sella, quã scamnum uocare maluit eloquẽtissimus Celsus, gestatio facta, tametsi apud auctores saepenumero cũ lectica cõfusa, atq; eadẽ inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuersam exstitisse puto: primo, quia lectica duorũ hominum capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi Neronẽ cum matre in lectica quandoq; uehi solitum scribit. quod minime de sella (ni fallor) legitur. secundo, q lectica interdũ sex seruis, interdũ octo, interdum plurib. gestabatur. sellã autẽ tamquã breuiorem, & unius dumtaxat capacẽ a paucorib. gestatã, uerisimile uidetur. Neq. n. ullam inter se maiorẽ differentiam tẽporib. nostris sella cooperta, & lectica obtinuerunt, q̃ q altera à duob. seruis ut plurimum gestatur, uniusq. dũtaxat capax est, altera a iumentis portatur, & duos continere ualet. In sella sani gestabãtur, deliciarũ potius, & maiestatis ostentandae, quam ualetudinis gratia: quamquã Pliniũ ea Romae uectũ, ut etiã inter eundum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. Celsus hanc sellarẽ, & simul lecticarẽ gestationẽ nauigationẽ in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuscemodi gestatio, tũ in sella cooperta, tum in aperta, tũ sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quã

locis citat.

lib. 9. c. 5.

B

lib. 2. c. 15

C

lib. epist. 3.

tecta

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur iacentes febricitantes, atq. ex ijs lethargici potius, & quos cataphora urget. q̃ si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cõsuluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ perueniunt, uel quorum longa admodũ remißio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis paßionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc sauiente, aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dißipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nondum quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendum est, ne crescentibus crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atque illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

Lib. 2. chr. cap. ult. Oribasius loco citato.

D E

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. Cap. XI.

QVI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, duabus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt; quamquã grauis auctor Cornelius Cel. exercitationẽ hanc tantũmodo administrandã aliquãdo iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cũ aeger resurgit, ipsum lecti motu cõcutiendũ praecepisse inueniatur. Verum.n. uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, ꝓ multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestationẽ tam ante cibũ, quã a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere

Loco citato.

F

non

A non ita ualēt, aut Elleborū sumētes a tali gestatione utilitatē recipe- re iudicatū est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recollige- re incipiūt, necnō in lethargicis, & in appetētia ciborū deiecta ean- dē prodesse experimētis inuentū fuit. neq. defuerūt qui ipsam in fu riosis, ac phthisicis laudauerint. Quemadmodū, & Aetius, & Priscia- nus Theodorus phreniticis adhibendā cēsuerunt, quo blāda illa agi tatione spirituū perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex ge nere pēsilis lecti scympodiū quoq. esse, mōstrauimus: & icirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes ī pēsili lecto probatas uiderimus, idē & de hac intelligere poterimus. Lectulo pēsili non dissimilē aliā le cto factā gestationis speciē inuenio, quā primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestatio- ni dicatis instrumētis uoluit uni pedi lecti funiculū esse subijcien- B dū, atq. ita lectū huc, & illuc manu impellendū. id quod etiā Ami- daenū Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pēsiles, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidē illuc exercitationis genus existimo, qđ ab Auic. sub cunarū reuolutione descriptū fuit, atq. idē nomen usq. ad tēpora nostra retinuit: etsi.n. ab ipso inter debiles exercitationes recēseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, nō satis aut infirmis exercitādis aptū uideatur: nihilominus ijs cōuenire cre ditur, quos febres debilitarunt, sicut etiā illi, qui nec dū se mouere, neq. sedere ualēt, quiq. ab hellebori potione ualde pstrati fuerūt, aut secundū Celsum alicuius mēbri resolutionē patiūtur. quin, si ta- lis gestatio suauiter administretur, pter somni iucūditatē q̄ affert, fa tus quoq. dissoluit, reliquijsq. morborū capitis, ueluti stupori, & obli C uioni prorsus extinguēdis cōducit, appetitū mouet, & naturā sopi- tā exsuscitat. Auic. i. 4. trac. 2. c. 13. ad cōpescēdum nimiū sudorē pci pit, ut aegri ponātur super illud instrumētū, quo pueri, uel iuuenes solēt in aere concuti, atq. ita in aere frigido cōcuti quo quidē puto esse genus illud instrumēti, cuius facta est mētio supra li. 3. sub Oscel larū nomine. Inter gestationū species ultimo loco posuerunt fere oēs nauigationē, q̄ ceterarū omniū lenissimā fecit Corn. Cel. sed & huius quāplurima inueniūtur discrimina: siquidē nō parū interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Naui- gatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniā ut plurimū ex aquis stagnantibus, nisi sint ma- ris alicuius instar, putridi uapores eleuātur, qui aerē inficiētes naui- gatio: ē magis suspectā reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist.

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato lib. 2. ad Timo. c. 2.

lib. 3. c. 12.

loco citato

lib 1. fen 4 doct. 2. c. 2.

1. de tu. ua.

loco citato

14. partic. problem. 11 & 12. In probl. nat. Arist. paluſtria loca incolentes ſub pallidos, ac ſomnolentiores euadere. minus noxia exſiſtit in fluminibus nauigatio, nẽpe q̃ auctore Plutarcho timoribus carens nauſeam ullo pacto non cõmoueat. ue rũtamen tã haec, q̃ illa, quae exercetur in ſtagnis, in capite male affe lib. 1. c. 1. cto incógnuae a Coel. Aurel. iudicantur, q̃ humectantes caput terrena exhalatione infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praeſtãtior creditur, quoniã mari ſemper uapores ſicci, & calidi educuntur, qui latẽter, ac ſenſim nauigantiũ corpora recludunt, necnõ ſalſae proprietatis cauſſa excremẽta abſumunt, atq. ho minũ habitus quadã facili mutatione reficiũt, & iccirco huiuſcemo di exercitatio in cũctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis ꝓbatur, & priuatim a Celſo in tuſsi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capitis, in epilepſia, ſi ferri queat, in ſanguinis ſputo, in pthiſi, in ictéritia, in hydropiſi a Tralliano in frigida uẽtriculi intemperie cõmendatur. In phtiſi nãq. praeſtantiſsimũ remedium nauigationẽ
Lib. 28. c. 4. lib. 31. c. 6. epiſt. lib. 5. cap. 61. ſemper a Maioribus habitã fuiſſe, teſtatus fuit Plinius, qui hac ratione phtiſicos Aegyptũ petere cõſueuiſſe refert, quo cum Annaeus Gallio poſt conſulatũ iam fere phtiſicus, & Zoſimus Plinij nepotis libertus ſanguinis reiectatione laborãs profecti eſſent, ad ſanitatẽ re ſtituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine falſo inſcriptus in 1. de re medica lib. dicat phtiſicis magis cõferre in ſaltibus, ubi pix naſcitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex maritimis nauigationibus leniſsimã dixit Celſus eam, quae in portu effici tur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cũ fluuiali, & ſtagnali improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauigatio iucundiſsima habetur, de qua celebratũ hoc prouerbiũ narrat Plu-
1. Sympo. tar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terrã, ambulatio uero iuxta mare iucũdiſsima. haec ex cõmuni Auicẽnae, atq. Aetij ſentẽtia praecipue prodeſt hydropiſi, elephantiaſi, apoplexiae, ſtomachi frigiditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. ſecundũ Coelium non paruũ auxilium praeſtat: quamuis. n. a principio ſtomachũ ſubuertat, paullo poſt tamẽ aſſue-
lib. 37. c. 6. faciens illũ ſedat, quinimmo, ut dicebat Plinius, uomitiones illae in ſtabili uolutatione cõmotae plurimis morbis capitis, oculorũ, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae bibitur elleborũ, medẽtur. Verum geſtatio in alto mari peracta reliquarũ uehemẽtiſsima exſiſtit, & mutationes plurimas, atq. maximas facit, nimirum, cum animus mixtos affectus habeat, & triſtitia, & ſpe, timore, atq. periculo: modo gaudẽtibus, & laetis, modo in anguſtijs, & periculis uerſantibus
lib. de cau. nat. nauigãtibus, quae ſimul omnia magnã uim habẽt, ut quoq. Plutar. cognouit,

A cognouit, ingentes uomitus cõcitandi, ac cõ sequenter omnẽ ueterẽ morbum profligandi: & proinde iure dixit Auic. nauigationẽ hanc ad exstinguẽdas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodũ (dicebat Antyllus) magnam turbationẽ, neq. cõcussionẽ affert: ex quo fit, ut ferme accõmodata sit ijs, quibus etiã gestatio in curribus conuenit: nisi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterũ quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugiẽda est, cũ motus acutissimos, dum nauis a uẽto impellitur, uehemẽtissimos, & neutiquam cessantes, sicq. corpori intẽtissimos habeat. Oribasius lib. 6. c. 23.

B Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemq. maritimam uitam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστὶν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. Cap. XII.

NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omniũ ab antiquis in existimatione habitã fuisse, ꝙ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq. ad audendũ fortiores, & animosiores redderet, iã satis mõstrauimus: ideo uires eius perquirere solũ restat. Nã uarias hanc quoq. differẽtias habuisse reperio: siquidẽ aut natatio fiebat in aquis spõte nascẽtib. aut lib. 3. c. 14.
C in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis: si in dulcibus, aut fluuijs aut lacubus, aut stagnis: atq. hae oẽs uel in calidis, uel in frigidis. Natationẽ in aquis spõte nascẽtibus, quas oẽs calidas esse, & Aristot. auctoritas & ratio, & experiẽtia demõstrant, peractã improbauit Antyllus, tamquam impleat, eam tamẽ in paralyticis curãdis adiumentũ praestare, credidit Coel. Aur. ita. s. administratam, ut patiẽtibus partibus inflatae uesicae adiungãtur, quo natãdi laborẽ minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrẽ uitanda plerũq. est: quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cũ propter frigus, tũ propter humiditatẽ laedẽtur: ex factis tamen in dulcib. aquis natationib. fluuialis minores sanis corporib. noxas inferũt, potissimũq. ad inducendũ somnũ ab Horatio Flacco cõmendantur, ubi scribit, 24. partic. Prob. lib. 6. c. 27. lib. 2 c. 1. & li. 5 c. 2. lib. 2. serm.

- ter uncti

Trans

Saty.1. *Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* D

perniciosissime uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, uerũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assidue fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum nõ sentiunt. & ideo non immerito Coel. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. uerũtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nõ solum marinam natationem, sed qualẽcumq. aliã capiti nocere tradiderit: quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natatium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus philosophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea q qui natat, sedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulentius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. Est praeterea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ aestate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calida emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in ijs, qui cutem corporis densatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: q alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida q intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

Marginal notes: 13. partic. Prob. 12. (beside "losophus Arist."); lib. 31. c. 6. (beside "nus obnoxium"); E, F (right margin letters)

A nem praestat: exuberãtes humores dissipat,& intus refrigeratas partes calefacit. unde iure etiã ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affusam remedium esse dixit,sicut,& Celsus pro regio morbo laborantib.in aestate, & Herodotus apud Aetiũ ad euitandũ aestum frigidam natationẽ commendauit. experientia tamen constat,si quis ea frequẽter utatur neruos laedi,& interdum surditatẽ contrahi, quod Agathinus apud Oribasiũ cõfessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta ac cipiantur de ill s nationibus,quae ad gymnasticam quidẽ medicam pertinebant,sed minime semper in gymnasijs exercebãtur.illae uero,quas in gymnasijs ipsis fieri cõsueuisse in 3. lib.probauimus,siue in piscinis,siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines secundũ opinione nostrã habuerunt,alterũ ut motu illo blãdo, cap.14.
B quo natãtes agitatur,aqua magis corpora permearet,sicq. mẽbra copiosius humectarentur: alterũ ut maiore uoluptate in mouẽdo sese fruerẽtur: quandoquidẽ aqua mota,& praesertim balneorũ suaui il la attrectatione singularẽ quandam delectationẽ affert. De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sententia nec animo, nec corpori prodesse,& proinde ab illo optari,ne iuuenes huic incumbant,pauca uerba faciam, tũ quia fere sub nauigationẽ reducitur,ut eadẽ repetere nõ sit opus: tũ quia a medicis prope nullis eam in usu habitã esse cõstat:nisi q Auic.inter debiles exercitationes adnumerauit,quando quis in nauicula piscatoria moueatur,&ob hoc piscationẽ nullam calorẽ natiuũ augere credendũ est, cum & Arist. scripserit,piscatores marinos,ideo ruso colore existere quoniam in tus frigent,extra ue:o quasi adurũtur: habent.n.qui in mari piscan 7.de legib. in sophista lib.3.c.13. loco citato Sect.38. p.ob.2.
C tur hanc praecipuam cõmoditatẽ, q eorũ corpora ualde exiccãtur, & propterea minime omniũ corruptionibus subijciũtur:quin si putredo aliqua intus lateat,protinus exugitur,cõsumiturq. ut magna cũ ratione scripserit Gal.piscatorũ habitus duros,ac siccos esse, eorumue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forẽt. Quod uero scripsit Suet. Augustũ interdũ hamo piscari cõsueuisse, id potius animi laxãdi causa,quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. 1 de simpl. med. 6. d comp. med.c.l. In uita Augusti.c.83.

De venationis conditionibus. *Cap. XIII.*

ENATIONIS exercitationẽ cõparãs ludo paruae pilae Gal.illud solũ inter ipsas discrimen posuisse uidetur, q alter modico apparatu indigeret, & ob id cuius exercitatu facilis esset:altera uero pluribus instrumentis opus haberet, neq. ab omnib.sed ab ingenuis dũtaxat,atq. diuitibus exer libro 1.de paruae pilae ludo.

ceri

ceri posset. hoc autẽ licet Galeni forsan tẽpestate, atq. etiã in aliqua D
uenationis specie tẽporibus nostris uerũ foret, nihilominus in maiore eius parte secus rem sese habere compertũ est, quãdo saepenumero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumentis rusticos, atq. pauperes uenãdi exercitationẽ frequẽtare conspicimus. ut hac ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. paucioribus uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cũ.n. Gal. uenationẽ inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit, recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirũ in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes, saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi consequens est eam his facultatib. praeditã esse, q corpora uehementer calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes minuat, somnos profundos generet, & proinde concoquẽdis cibis, crudisue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditũ ac uisum acuat, simulq. senectutẽ retardet. ob quas egregias facultates illud esse uerum existimare debemus, q Razes Arabs auctor grauissimus ex Gal. sententia memoriae mandauit, uidelicet in quadam peste cõtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduã exercitationẽ incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi labor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat maxime, si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutoru uictu apud illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenationis specierum qualitates attinet, de duabus solũ uerba faciam, tamquam in his solis tota uenandi ad sanitatẽ, aut aegritudinẽ pertinẽs F
facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciũt omnes, quãlibet uenationẽ, siue canibus, siue retib. siue auib. siue arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominibus agi, qui aut pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat mihi appellare) uenationẽ exercẽtes, cum modo currentib. equis, modo gradientib. agantur, modo uociferare, modo quiescere cogãtur, omnib. partib. laborare uidẽtur, & iccirco multi hac exercitatione credidrunt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atque crura: ego uero eam euitare illis praecipio, quibus caput faciliter offenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculũ imminet, quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile, aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis habitus calorẽ plusquam mediocrẽ obtinuit siquidẽ multos uidere

licet

Marginal notes: 2.d tu.ual. cap.8. — In 3.cõtin. trac 13 c.1 Lib. de pu. epil. com.115.

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudẽter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus ueloci ter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius utaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas.
Saepe satisfecit praedae uenator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est uirtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cõmoda, & incõmoda in equestri reperta continet, nisi q, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos, coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respõdit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accõmodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeãt. ut non absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominẽ, & bene ualentẽ modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitatẽ suam uenationi, quã ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatisime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligẽter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, inire dubitandum uidetur: secũdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ulli & casu quodam, ut plerũq. fit, uenationi operã nauet. Quicũq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

Seneca in tragoed.

Lib. 1. c. 1. epist. lib. 5.

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D
possint, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diē non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercendum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neque tamen ipsum noxa penitus caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usque adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum concoquendo mirum in modum fatigent, sicque & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis.

HIERONYMI MERCVRIALIS
sex artis Gymnasticę librorum elenchus, quorum primus liber continet.

De principijs Medicinæ Caput primum.
De conseruatiuæ partibus, & quid tractãdum cap. 2.
Quid sit gymnastica, et quotuplex. c. 3
De gymnasticæ subiecto, & eius laudibus cap. 4.
Quo tempore, & quo pacto cœperit Gymnastica cap. 5.
De Gymnasijs antiquorum cap. 6.
De varijs hominum generibus, quæ in gymnasia conueniebant cap. 7.
De gymnasiorũ diuersis partibus. c. 8.
De palæstra, & alijs gymnasij partibus cap. 9.
De balneis gymnasiorum, atque etiã de stadio cap. 10.
De accubitus in cœna antiquorum, & semel duntaxat in die cenandi consuetudinis origine cap. 11.
De auctoribus gymnasticæ, & gymnasiorum ministris cap. 12.
De trium gymnasticæ specierum differentijs: bellica, legitima siue medica, & vitiosa seu athletica cap. 13.
De vitiosa gymnastica, siue Athletica cap. 14.
De viuendi Athletarum ratione. c. 15.

LIBER SECVNDVS.

Quid sit exercitatio, & quo differat à labore, & motu. ca. 1.
De gymnasticæ medicę diuisione. c. 2.
De saltatoria cap. 3.
De sphæristica cap. 4.
De pilæ ludo secundum latinos cap. 5.
Gymnastica.
De orchestica, siue tertia saltatoriæ parte cap. 6.
De fine saltationis, & de loco cap. 7.
De luctatoria cap. 8.
De pugilatu, & Pancratio, & Cæstibus cap. 9.
De cursu cap. 10.
De saltu cap. 11.
De disco, & halteribus cap. 12.
De iaculatione. cap. 13.

LIBER TERTIVS.

De agendis, & de ratione præsentis tractationis cap. 1.
De deambulatione cap. 2.
An erectum stare sit exercitatio ca. 3.
De pugnarum generibus cap. 4.
De nonnullis alijs exercitationum speciebus cap. 5.
De spiritus cohibitione cap. 6.
De vociferatione, & alijs vocis exercitationibus cap. 7.
De Cricilasia, Trocho, & Pilamalleo cap. 8.
De equitatione cap. 9.
De curruli vectatione cap. 10.
De gestatione in lectica, & sella. c. 11.
De agitatione per lectos pēsiles, et per cunas facta, & de Scimpodio. c. 12.
De nauigatione, & piscatione. cap. 13.
De natatione cap. 14.
De venatione cap. 15.

LIBER QVARTVS.

De ratione agendorum, & de exercitationis vsu cap. 1.

V Con-

Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant: & de exercendi necessitate, atque commoditate cap. 2.
Improbatio eorum qui omnes homines exerceri debere sentiebant cap. 3.
Redarguuntur qui assuetos solum exerceri volebant cap. 4.
De exercitationum differentijs cap. 5.
De corporum morborum, & sanitatis generibus cap. 6.
An corpora ægra vllo pacto exerceri conueniat cap. 7.
De corporibus valetudinarijs, & senilibus exercendis cap. 8.
De corporibus sanis exercendis ca. 9.
De locis in quibus exercitationes fieri debent cap. 10.
De tempore exercitationibus apto cap. 11.
Quanta fieri debet exercitatio ca. 12.
De modo exercendi cap. 13.

LIBER QUINTUS.

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis cap. 1.
De singularum exercitationis differentiarum effectibus cap. 2.
De saltatoriæ effectibus cap. 3.
De ludorum pilæ effectibus cap. 4.
De luctæ commoditatibus, & incommoditatibus cap. 5.
De pugilatus, Pancratij, & Cæstuum facultatibus cap. 6.
De cursus natura cap. 7.
Quid præstet saltus cap. 8.
De halterum conditionibus cap. 9.
De disci, atque Iaculationis effectibus cap. 10.
De deambulationum qualitatibus caput 11.
Iterum de deambulationum qualitatibus cap. 12.

LIBER SEXTUS.

Quos erectum stare effectus pariat cap. 1.
De pugnarum effectibus cap. 2.
De quarumdam aliarum exercitationum qualitatibus cap. 3.
De spiritus cohibitionis facultatibus cap. 4.
De vocis exercitationum facultatibus, & primo de vociferatione, & cantu cap. 5.
De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus cap. 6.
De Cricilasiæ, Trochi, & Pilamallei qualitatibus cap. 7.
De equitationis facultatibus cap. 8.
De gestationum in vniuersum viribus cap. 9.
De gestationum in vehiculo, lectica, atque sella particularibus viribus cap. 10.
De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus cap. 11.
De natationis, & piscationis effectibus cap. 12.
De venationis conditionibus cap. 13.

INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE

continentur.

A

ABies est materia currib' faciendis apta. 171.a
Abrahã vt De' ab Alex. Se. colebatur 182 d
Academia Platonis. 18 e
Acenbitus consuetudo vnde manarit 53.a.b
Accubitus virorũ forma qualis fuerit. 53.e & deinceps
Accumbentium numerus quis esset. 54 d
Accumbentium imago 55
Achilles suos milites disco exercebat, ne ocio torpescerent 121.e 130.f
Acidũ ructãtes vociferatione iuuant 281.c
Adolescentes cur ad gymnasia accedebãt. 26 d
Adorantes erecti ex lege stabant 138.f
Æger nullus ex aliquorum sententia est exercendus 205.c
Ægroti priscis temporibus palam exponebantur, & qua de causa 1 c
Ægyptus, Homero autore, multas herbas ac medicamenta habuit 1 b
Aerẽ ex extrinsec' corpori accidẽtib'. 6.f
Ætas ĩ exercitatione est cõsiderãda. 212.f
Aglaitades errauit, risum dicens neq; corpori, neq; animo prodesse. 161.b.288.d
Agonistarcha quis fuerit 61.a
Albati erant vna factio Romana 168 e
Aldus Manuti' iuuenis eruditissim'. 178.d
Alexander Seuerus Impera. exercitationis causa aliquando piscabatur. 181. quos Deos coleret. 182. d. ad maiorũ effigies sacra faciebat. ibidem
Alexandri Seueri Imp. exercitia post lectiones quæ fuerint 28 f idem balnea virorum ac mulierum separauit 50.d
Alexan Seuerus Imp. ferè semper frigida lauatione vtebatur, rarò calida 39.c
Alexan Seuerus Imp. noluit ingenuos cur su exerceri 115.c
Alexander Seuerus Imperat. nemora pub. thermis iunxit 134.f
Alexander Seuerus Imp. qua victus ratione, Lampridio authore, vteretur 225.a
Alexander Macedonum Rex quid ante cibi sumptionem ageret 224.e
Alexander propter cruris vulnus lectica in militari expeditione vtebatur 297.f
Alipilus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63.c
Alipta quis nam esset 63.a
Aloysius Mocenic' Frãcisci F. laudat'. 19.c
Ambulationes quęnam secundum Arist. sint faciliores 217.e
Ambulationes tum ascendẽdo tũ descẽdẽdo factæ qua de causa laudentur. 264 d
Ambulatio sub Dio facta, ambulationi in porticu factæ à Celso præfertur 265 a
Ambulatio subdialis multas habet species ibidem
Ambulatio sub Sole, vel in vmbra facta ab authoribus diuersis diuersimode accipitur ibidem
Ambulatio sub Sole minus lædit, quàm statio, & qua de causa ex Aristo. sententia 266.f.271.a.272 e
Ambulatio in vmbra facta, quænam sit bona ibidem
Ambulatio per arbores rore suffusas facta lepram facile induceri, & cur 267.a
Ambulatio epilepticis, & vertiginosis conueniens quæ sit 267 b
Ambulatio ante cibum fieri debet, & qua de causa ibidem
Ambulatio post cęnã q b. cõueniat. 267 e
Ambulationis matutinæ, & vespertinæ effectus qui sint ibidem
Amicus Bibriciorum Rex cestu clatuit, & fuit à Polluce interfectus 110 f
Ammon apud Oui. cestu valuit 111.a
Andreas Baulius vir multæ doctrinæ. 34.
Andr. Palladius Archite. peritissimus. 19.c
Angina laborantes luctã effug ant 246 e
Animus sine corporis auxilio nihil laude dignum efficere potest 13.a
Anneus Gallio sanguinem expuens nauigatione sanus factus est 179.b
Antheus secundum Platonem fuit luctationis artis auctor 105 a

Antiochus medicus quo exercitio vteretur. 210.e.f
Antioch' medic' vehiculo gestabat. 297.b
Antiq bis in die an semel saturarent. 52.f
Antiquorũ mos vinciẽdi tpa in cœna 57.a
Antiqui in stratis cœnabant. 53.a
Antiqui omnes voluptates in cõuiuiis excogitarunt. 58.e
Antiquorũ studiũ in cibis ac potibus delicatissimis cõquirẽdis magnũ fuit 58.e
Antiquorum scripta quonam modo interierunt 161.e
Antiquorum maior pars mane vel nihil, exiguum quid sumebat 225.c
Antiquorum maior pars in vespere solũ saturabatur 136.e
Antonius Pius Imp. balneum populo sine mercede constituit. 48.d
Aphorismi Hippocratis explanatio 231
Apodyterium in palæstra quid fuerit 29.c
Apodyterium in balneo quid esset 40.f
Apollini cur Atheniẽses gymnasium consecrarunt 8 d
Apollo iaculationis, & medicinæ Deus ab antiquis indicatus 130.f
Apollo iaculationi ab antiquis est præpositus, & quare 258.e
Apollonius vt Deus ab Alex. Seue. colebatur 182.d
Apoplectici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 229
Aponaxis quid 85.c
Apostemata in pectore rupta habentes vociferatione iuuantur 281.c
Apricari quid faciat 140.d
Apuleius Celsus in Sicilia quendam à cane rabido morsum curauit 4.e
Aquæ formido, Pompeio viuente, primo se nobis manifestauit 4.e
Aquis medicatis etiam vtebantur in lauatione ad voluptatem 47.a
Aqua ẽ ex extrinsecus corpi accidẽtib. 6. f
Aquæ omnes sponte nascentes calidę sunt Aristot authore 303.c
Aquarium quid esset 43.a
Archigenes fuit Had. Imp. archiater. 192 f
Archimedes sæpe figuras mathematicas in corpore vncto designabat 32.d
Aristotelis sententia de gymnastica & pædotribica 10.d
Aristot. sententia de arte gymnastica 13.a
Aristot. sententia de motu post cibũ 222.a
Ars gymnastica, Gale. sentẽtia, est maxima pars facultatis conseruatricis 7.b
Ars gymnastica qb' nã reb' pficiat. ibidẽ
Ars gymnastica quomodo scientia a Galeno vocetur 10 d
Ars gymnastica quid nam circa corpus humanum operetur 12.f
Ars gymnastica ad bonũ corporis habitũ acquirẽdum, ac sanitatem conseruandã maxime pdest multorũ testimonio. 13.a
Ars gymnastica homini est naturalis 13.c
Ars gymnastica quo tpe ĩceperit 11. b.c.d & quomodo ordinem ac regulas acceperit 15.c 62.f
Ars conseruatoria qualitate, quãtitate, occasioneq; perficitur 7 a
Ars medica qua ratione coniecturalis efficitur & quasi incerta 226.f
Artis Gymnasticæ diffinitio. 10. f & 189.c
Artis Gymnasticæ finis 10 f
Artis gymnasticæ apud antiquos existimatio 13.a
Arthriticos deambulatio lenis, & remissa iuuat, & vehemens lædit 261.c
Arthriticos gestatione curabat Asclepiades 296.f
Arthriticos natatio frigida iuuat. & qua de causa 305 a
Æsculapius Epidaurius multum artem medicam illustrauit 1.c
Æsculapius sanis postpositis, solis morbosis, ac languentibus opem ferebat, 1.c
Æsculapius iaculationis & medicinæ De' ab antiquis indicatus 130 f
Æsculapius venatione summopere delectabatur 185.c
Æsculapius ab antiquis iaculationi est præpositus, & quare 258.e
Asclepiades Prusiensis orator, & medicus clarus 51.c
Asclepiades per inediam triũ aut quatuor dierum multos affectus curabat 193.c
Asclepiades infirma corpora variis exercitationibus molestabat, vt hominum fauorem aucuparetur 205.b.235.b
Asclepiades Prusiẽsis lectis, & balneis pẽsilib' in ægris curãdis vtebat. 176.f.300.f
Asclepiadem Soranus reprehendit, q phreneticos cãtu curare profitebatur. 284.d
Assa in balneo quid esset 41.a
Asthmaticos cursu vestibus laneis facto Theodorus Priscianus curabat. 253.a Cęlius Aureli. spiritu retento. 279. c & vociferatione. 281. c Asclepiades gestatione 296 e
Athenæum quis locus fuerit. 18.f

Athe

Athenienses cur Apollini gymnasiū consecrarunt 8.d
Athenienses post Lacedæmonas gymnasia inuenerunt 18.e
Athenienses iuuenes quid agerent, vt intrepidi ad vulnera fierent 144 e
Athleticæ finis 11.b
Athletarum remunerationes 11.c
Athletæ in gymnasio se exercebant. 26.d
Athletæ simplici noīe dicti qui sint. 67.b
Athletæ quibus cibis vterentur 68.e
Athletæ quo noīe à Plato. vocentur. 69.b
Athletarum victus ratio, quæ esset 72.e
Athletæ cur pallidi fiant post labores ex Aristo. sententia 74.e
Athletæ à Venere ꝑrsus abstinuerūt. 75.b
Athletarū ægritudines secundū Gal. 76 d
Athlet gymnastica saltatiōes habuit. 83.a
Athletę ambulationib. nō vtebantꝰ 135 b
Athletæ aduersus palū se exercebāt. 145.a
Athletæ ex spiritus cohibitione non parū auxilij capiebant 154.d
Athletæ statim post exercitationem potū vitabant, & qua de causa 224.d
Athletæ frequentissime vtebantur pugillatu, lucta, & Pancratio 248.d
Athletæ ostētationis etiam gratia spiritū retinebant 154 f
Atrophia laborantes vociferatione liberantur 281.c
Atrophiam gestatione curabant Theodorus Priscianus, & Aretæus 296.d
Attonitos aliquo stupore Aetius gestatione curabat 298 e
Author huius operis cur de gymnasijs ferꝰ bere sibi ꝓposuerit 7.a
Auditus spiritu retento melior fit 279 b
Aues in aere stare apparētes an aliquo modo moueantur 137.a b
Auerrois sententia de iis qui exercitationem dimittunt 194.e
Auerrois reprehenditur, qui censuit morbosa corpora quotidie ad sudoris initium esse exercenda 209.e
Aug. Imp. lege sanciuit, vt milites educerentur ambulatum in mense 135.c
Aug. Imp. scimpodio qūq; vehebatꝰ. 177.c
Augustus Impe. folle se exercebat, & qua de causa 242 f
Aug. Imp. in fine deambulationis subsultim currere videbatꝰ & qua decā. 254.e
Aug. Imp. coxendice, femore, & crure sinistro laborās ambulatiōe in harena ma ximè ꝓfunda se exercebat, & qūo. 264.f
Aug. Impe. post cœnam lectica lucubrataria vtebatur 299 a
Aurelianus Imperat. thermas hyemales in transtyberina regione fecit 206.f
Aurium dolorē patiētes lucta lædit. 246.e
Aurium dolore vexatos gestatione Gale. Tral. & Aetius curabant 297.c
Axes curruum ex vlmo, illice, & fraxino fiunt 171.a

B

Balista quale instrumentū fuit. 130.e
Balneum gymnasiorum 38.e
Balneū loca cōstituēria quænā essent. 39.b
Balneis inseruientia quænam essent. 39.b
Balneorum situs sm Vitruuj sniam. 43. b
Balneorū aer extrinsecꝰ & intrinsecꝰ. ibid.
Balnea multū calida Gal. tempore in desuetudinem abierunt 44.e
Balneorum magnitudo, mobilitas, immobilitas, figura ibidem
Balnea non eundem finem habent. 46.e
Balneis calidis, tepidis, & frigidis antiqui diuersa ratione vtebantur 47 b
Balneum res quadrātaria cur vocetur. 47.e
Balneorum hora quæ fuerit 50.f
Balnea semp ante solis occasum claudebātur, nec vnq̄ ante auroram aperiebātur ante Alex Seueri Imp. tempora 50.f
Balneis pensilibus Asclepiades in ægris curandis vtebatur. 176.f. d. à Sergio Orata sunt inuenta 177.a
Baptisterium in balneo quid esset 39 e
Bellorophon fuit eqtatiōis inuētor. 167.e
Bigis Plato animas assimilauit 171.c
Bigæ in pub. sacris frequentissimè certa bantur ibidem
Blandi Forliniensis error de thermis 19.b
Botularij gymnasijs botulos vēdebāt 64.e
Brachia, dum quis manibus vacuis currit, quodammodo conuelli videtur. 255 b
brachia discus corroborat 257.e
Brotheas apud Oui. cestu valuit 117.a
Budaeus fallitur 17.a
Budæi error 145.b
Budæus defensus a Cornario. 119 a

C

Cachecticos natatio maritima iuuat. 304.e
Caius quidam cæcus, quomodo oraculo indicante, cæcitate fuerit liberatus 2.f
Caliciates armatus currēdo bis vicit. 116 e
Callimachus statuarius cacizotecnus cur sit dictus 118.f
Calidarium in balneo quid esset 41.a

Calor naturalis per exercitationem exoneratus multitudine excrementorum, fit robustior 192.f
Calor debilis ex motu moderato excitatur, ex immoderato extinguitur 206.f
Calor nimius exercitationes ꝓhibet. 220.f
Calor natiuus exercitatione est excitādus & qua de causa ibidem
Calidi homines vel parū vel nihil exerceri debent, & qua de causa 214.e & 229 e
Campus Martius Tyberi vicinus erat, & qua de causa 182.f
Canes rabidi in Sicilia plurimi fiunt 4.e
Cantoribus spiritu retento peritonæum rumpitur 284.e
Cantus exprimit rerū similitudines. 9.b.e
Cantus à vociferatione differt 283.b
Capita detecta, à sole multum lęduntur, & qua de causa 272.e
Capite cooperto antiq. sacrificabāt. 139.b
Capite malè affectos ex Antylli sententia multa deambulatio iuuat. 262. e. item deambulatio facta calcibus incumbendo 263.a
Capitis grauitate laborantes post motum leuiter factum leuantur, post cursum magis laborant ex Casij medici sententia vnde fiat 251.b.e
Capitis dolorē inueteratū Aretæus manuum gesticulatione curabat 240.d
Capitis circunuolutiones vertigines pariunt 242.d
Capitis dolorē lucta iugi & magistro adhibito facta Cęl. Aurelian' curabat. 245.a & tali dolore laborātes currere vestitos iubebat 253 a. & deambulare. 261.a
capiti male affecto vociferatio obest. 282.e
Capitis dolore laborātes vehiculo per longam viam Cęl. Aurel. vehi debere iudicauit, & qua de causa 297 e
Caput debile lædit saltatio 240.e
Caput dolens haltere lædit 256.f
Caput lęditur ambulatione ex motu, & quiete facta, & quare 262.e
Caput maiores nostri ferè nunquam tegebant 272.e
Carcere detenti qua exercitatione possint vti 194 e
Carnes exercitatorū caseo iam coagulato: non exercitatorum verò caseo nōdum bene coagulato comparat Gale. 194.e
Carnis multitudinem deambulatio aufert 261.a
Carnis multitudo qua ratione à Cęlio Aureliano minuatur 277.a
Carnis multitudinem gestatio Cęl. Aureliano authore, remouet 298.e
Cassi' iatrosophista Romæ Cor. Cel ętate medicinā sūma cū laude exercuit 251.b
Cachecticis vociferatio subuenit 281 e
Celtę post cęnam pugna vmbratili se exercebant 145.e
Cęlum meridianum quale sit ex Vitru. sententia 219.a
Cęnę initio veteres arctius accumbebant. satiati ὀρθὰ πλάγια vertebantur 53.f
Cęnaturi antiquitus ad dolores capitis ex cibo & potu, & ebrietatem arcendam lineis vinculis frōtem & tempora vinciebant, & cur. 55.a
Cęnę ꝯsuetudo apud antiquos. 52. f. & īfra
Cenæ hora cur vespertina sit data 59.a
Cenaturi quinam sint dicti 167.e
cera digitis emolliēda arthriticis dat. 128.e
Cerchio secundum Platonem fuit luctatoriæ artis auctor 105.a
Certamina quomodo inceperint 14 d
Cestiphori ī gymnasio se exercebāt 110 e
Cestuum exercitatio 110 d. 248 e
Cęsar scripsit, nō frustra fuisse antiquitus institutum, vt in bello committendo signa concinerent, & vniuersi milites clamorem excitarent 136.f
Cęs. Aug. exercitationis causa aliquando cęstos. 113. piscabatur, 181.e. 305.e
Charmis etiam hyeme aqua frigida lauari hortabatur ægros 47.b
Chiron venatione summopere delectabatur 185.e
Chorea saltationis nomen vnde sit ortum 101.b.e
CHRISTVS vt Deus ab Alex. Se. colebatur 182.d
Cibi necessitas, vnde nā proueniat. 192.d
Cibi superfluitates necesse est, vt è corpore effluant 192 e
Cibi praui non læduot eos, qui multum exercent, & qua de causa 193.b
Cibis mali succi vtentes homines quomodo se habeant 199.e
Cibi concoctio quō cognoscitur. 223.b
Cubiltica est prima species saltationis. 82. d 239.c
Ciborum satietas vitari debet 192 f
Ciborum in appetentia laborantes lectus pensilis iuuat 301 a
Cibos fastidientes vociferatione iuuantur 281.e

Cibus post exercitationem non statim debet assumi, & qua de causa 223.c
Cinædi vnde dicti à veteribus 101.a
Cyrus Persarum Rex corporis labores magnopere æstimauit 8.d
Cisius erat vehiculi species 208.e
Claudius Cæs. vehiculo vndique tecto primus, & quando est vsus 172.f
Claudius Impe. Harpocræ liberto suo concessit, vt p vrbẽ lectica vehi posset. 174.f
Claudus secũdum Platonem quis sit. 13 a
Clemens Alexandrinus Antonini, & Seueri Impe. tempore floruit 49.c
Clemẽs Alex. tpe Gal. Romę floruit. 105 b
Clitomachus Carthaginensis fuit nouæ Academiæ sectator clarus 75.a
Cęliacos manuum gesticulatione curabat Aretæus 240.d. & vociferatione. 281.c & exercitatione inter myrtos, lauros, & thymum facta 296 f
Coitu vsuri vespere non cœnabant 52.f
Coitus quosdã lædit, quosdã iuuat. 196.e
Colicos Aetio autho. lectõ alta iuuat. 285.b
Colicos pilæ lusu. Cœl. Aureli. curabat. 243.b. & cursu. 248.e. & deambulatione. 261.a & spiritu retento. 278.f. Asclepiades gestatione 296.f
Com. Impe. filius in palæstra in ægritudinem incidit 29.a. 245.b
Cõmod° Imp. iaculatiõe excelluit. 131 a.b
Comitiales luctam vitare debent. 246.e
Cõcamerata sudatio in palæstra vbi nam erat 20.f
Cõcoctionem impedit exercitatio ex Erasistrati sententia 191.b.c
Concoctio & à quiete, & ab exercitatione moderatè facta multum iuuatur. 192 f
Concoquẽtes difficulter vociferatione iuuantur 281.e
Conisteriũ ĩ palęstra vbi nã erat. 20.f 34.e
Cõseruatiua medicinę pars à qbusdã sola digna videt, vt noĩe medicinæ noĩet. 5.c
Conseruatiua medicinæ pars à quibusdã in tres partes est diuisa 6.e
Conseruatiuã constituentia quatuor nominibus à medicis cõprehenduntur. 6.f
Constantini Impe. tẽpore accipitres edoceri cęperunt 188.e
Consuetudo magna ex parte conuenit naturæ exercitati corporis 198 e.f
Cõsuetudinẽ pmutãtes valde lędunt. ibid.
Consuetudo mala quomodo ex Hippoc. sententia sit mutanda 200.d
Consuetudo exercitij quantũ prosit. 211.a
Consuetudo in oĩbus est cõseruanda. 212.
Consuetudo in exercitatione cõsideranda est ibidem
Cõtinui solutio q̃b. rebus accidat. 208 e
Continui solutioni nullum motus genus conuenit, & qua de causa ibidem
Continui solutioni membris ignobilibus contingenti modo quodam exercitatio mediocris conuenit ibidem
Cõualescẽtes vociferatione iuuãtur. 281.c
Conuulsionib. capiũtur, qui cursu cõcitato vtuntur & quomodo hoc fiat. 252.e
Cornarij lapsus 118.f
Conuiuis olim frigida, & calida à puero dabatur. 54.e. Cornibus boum prisci potabant. 55.b
Cor. Cel. iubet, vt in antiquo laterũ dolore victu athletico vtamur 86.e
Corpus humanum quo pacto à diuersis disciplinis consideretur 12.e
Corpus humanũ quomodo est artis Gymnasticæ subiectum ibidem
Corpuscula à nostris corporibus continue effluunt. 192.d
Corporis habitus ab exercitatione conseruatur 192.e
Corporis virtutes per exercitationem fortiores fiunt & expeditiores 192.f
Corporis membra per exercitationem firmitatem & robur acquirunt. ibid. 194.d
Corporis habitus ab otio destruitur. 192.e 157.c
Corporum tria genera à medicis considerantur, & quæ 204.d
Corpora ægra an aliquo pacto debeãt exerceri 205.b
Corpora sicca motibus leuibus & moderatis vti possunt 206 f
Corporib. calidis & siccis nullæ ĩmoderatę exercitatiões cõueniũt. 206.f. 215.b. 229.c
Corporibus frigidis & siccis exercitationes remissæ cõueniunt, ibid. 115.e. 230.d
Corpora, quorũ vnũ membrũ intẽperiem patitur, quomodo sunt exercẽda. 207 a
Corp° nullũ quauis intẽperie laborãs dẽt vehemẽti exercitatione exerceri. 207. b
Corpora ob malam formationem morbosa, quomodo sunt exercenda ibidem
Corpora in numero morbosa exercitationibus vti possunt 208.d
Corpora ægritudine in situ laborantia nullo exercitationis genere vti debent, & qua de causa ibidem
Corpora valetudinaria q̃nã sub se fm hu-

lus auctoris salam pñt continere. 209.a
Corpora senum cur multa excrementa generent 210.d
Corpora senum quibus exercitationibus vti debeant 210 e
Corporum sanorum differentias multas antiqui medici constituerunt 211.c
Corpus perfecta sanitate præditum potius mente considerari potest, quàm reipsa inueniri 212.d
Corpora multa temperata in sua regione inueniri dixit Gal. ibidem
Corpora communiter sana dicta excremẽta quotidie generant, & ob id exercitationibus indigent ibidem
Corpora frigida, vehementer, & multum exerceri debent 214.f
Corpora humida excrementis abundant, & ob hoc multa exercitatione indigẽt, ibidem 219.c
Corpora humida à labore suffocati, hæc Aristotel. sententia quomodo sit intelligenda conciliator exponit ibidem
Corpora in æstate potius, quàm in hyeme sunt exercenda ex Arist. sententia. 220.f
Corpora quibus temporibus sint exercenda, & locis 221.e
Corpora calida & humida moderatis exercitationibus indigent ibidem. & 229.e
Corpora frigida & humida multis, & vehementibus exercitationibus indigent ibidem, & 230.d
Corpora ab iisdẽ, quãdoq; lædunt, quãdoq; iuuantur, prout illis applicantur 235.a
Corporis carnositas multis exercitationibus remouetur 238.e
Corpora induta minus à sole calefiunt sm Arist sententiam, & qua de causa 272.e
Corpora luxata tum hominum tum quadrupedum notando in artus facillimè restituuntur 384 f
Coriceum in palæstra vbi nam erat. 20.f & quid esset 29.c.87.b
Corycus quid esset ex Antilli sententia. 86.e 101.c.242.d
Cotnarius corycum malè follem interpretatus est in Hip.conuersione 33.c
Cornarius malè arguit Budæũ.118.& 119
Coxas debiles saltatio confirmat 240.e
Coxis ex Hippoc. sententia equitatio est inimica 263.a
Craneũ gymnasiũ apud Corinthios. 18.f
Crassi quando cibũ debent sumere. 223.c
Crateri medici seruus horribili quodã morbi genere captus fuit, quo carnes ab ossibus cadebant 5.a
Cratin' poeta cur saltator sit vocat'.101.b
Crepaturas patiẽtes saltũ dẽnt vitaf.255.a & discũ.258 e. & spiritũ retentũ. 280.d quomodo fiant 284.e.f
Criptoporticis antiqui ad deambulandũ vtebantur, & qua de causa 265.a
Crisilaſię forma ex Oribasio, quæ nata fuerit 162.d eius vtilitas 209.b
Crito medicus Romæ sub Traiano floruit 245.c
Crudos pilæ lusus lædit 243.b
Crura infirma saltatio corroborat 240.e
Crurum vlcera haltere Gal. curabat. 256.e
Crustularij in gymnasiis crusta vendebant. 64 e
Cunis quomodo in ægris curandis antiqui medici vterentur 178.e.301 b
Curatiua medicinæ pars ob necessitatem prius est inuenta, & à quibusdam impo stura quædam dicitur 5.b.c
Curæ sanum corpus conseruant 6 f
Currendi facultas à natura data est animalibus 155.a
Cursus certamen Elei instituerunt 115.c
Currens ab ambulante quõ differat. 251 a
Currentes hyeme magis rigent stantibus, & qua de causa 220.f
Currentium spiritus anhelat 252 d
Curribꝰ faciẽdis materia apraſẽ abies. 171.a
Curribus manu ductis febricitantes, vt inquit Herodotus, vtebantur & quantum spacij perficerent 172.e
Curribus oĩs generis sani vtebant. ibidẽ.f
Curribus tectis principes vtebatur potius, quàm apertis antiquitus ibidem
Curru tecto Plinius iunior propter oculorum infirmitatem vtebatur ibidem
Currus multa apud antiquos erãt genera, & q̃ & quõ similia, & dissimilia erãt.173.a
Curulis vectatio ab Erichthonio est inuenta 171.a
Curulis vectatio apud mulieres Romanas I maximo honore habebatur 171.b
Curulem vectatioẽ Romani mulierib. abstulerunt, ob nimium luxũ, postea illis restituerunt, & qua de causa ibidem
Curulis vectatio apud gymnasticos æstimata erat 171.c
Currus duarum rotarum antiquitus erat in vsu 171.a
Currus quatuor rotarum Phryges inuenerunt ibidem

Currus sex rotarũ Scythæ inuenerũt. ibid.
Currus forma est varia ibidem.
Curuũ certamẽ in ludos olympios quando sit inuectum 171.c
Cursor qui sit ex Aristotelis sentẽtia. 70 d
Cursus Gal. sentẽtia nõ parũ cõfert ad sanitatẽ, & bonum habitum. 116.e. 249 b
Cursus quis motus sit. 201. e. eius vtilitas, & damna 249.c. & infra.
Cursus tres sunt species ex Antylli sententia 116.f
Cursus apud veteres Græcos qd sit. 217.b
Cursus omnis febrientibus nocet. 249.c
Cursum pro vertiginosis curandis atq; epilepticis Aretæus laudauit 250 d
Cursus circularis effectus qui sint & omnino repudiari debet ibidem
Cursus eos, qui fungos comederunt, & qui à scriptionibus icti sunt, iuuat 250.f
Cursus q̃uo renes lædat, & iuuet. ibidem
Cursu nou in puluere facto faucium interiorum exulceratio curatur. ibidem
Cursus pedes & crura iuuat ibidem
Cursus qua de causa ex Aristo. sententia caput lædat 250.d
Cursus a quibus vitari debet 252.d
Cursus in posteriora factus quænam auxilia ex Antylli sententia corporis partibus præstet 252 e
Cursus per accliuia, & decliuia differentiæ 252.f
Cursus corpore nudo factus quid efficiat. 252 a
Cursus quo tpe magis sit faciendus. 253.b

D

DAres apud Verg. cestu valuit. 111.a
Deambulationis vtilitas. 133.c 259. per totum caput.
Deambulationib. loci apti qui sint. 263.b
Deambulatio multas habuit spẽs. 153.c & infra 259.e
Deambulatione q̃n vti debemus. 260.d
Deambulationis effectus qui sint. ibidem
Deambulatio mediocris est magis in vsu, & quæ sit ibidem
Deambulatione pro insania, & asthmate curandis Cœl. Aureli. vtebatur 260.f
Deambulatione pro ictericis curandis Archigenes vtebatur ibidem
Deambulatio pauca quibus nam conueniat 262.d
Deambulatio extremis digitis facta lippiẽtibus confert 263.a
Deambulationum differentię à loco sumptæ quæ sint 263. b & earum vtilitates, & nocumenta, ibidem & infra.
Deambulatio tarda quib' cõueniat. 261, a
Deambulatio quænam sit, qua Hip. Auic. & Haly post cænam vtuntur 261 b
Deambulatio febres auget ibid.
Deambulatio minorẽ fatigationẽ in spirandi difficultate, q̃ pedib. stare affert. ibi.
Deambulatio vehemens corporis tremorem expellit. flatus discutit. ibid.
Deambulatio salubrior quæ sit ex Actumeni medici sententia 217, a. & 264 e
Demetrius Hermopolita, & eius laus 60.e
Demosthenes prope maris litus vociferabatur. 158. e. & ascendendo orationes recitabat, & qua de causa 253.c
Diaulus cursus qui sit 116 e
Dielcystinda 152.f
Diocles est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat 223 a 268 d
Diocles reprehenditur, qui epilepsiam spiritu retento curari dixit 280.d
Dionysio syracusano cibis appositis non delectãti quid coquus responderit. 187. c 307. b
Dioreus aduersarium vnctum & sine puluere superauit 33.b
Dioxippus aduersarium vnctũ, & sine puluere supperauit ibidem
Discus quot significat, & quæ 123.a
Disci exercitatio fuit antiqua. 121.b. eius vtilitas 257.b
Disci figura qualis fuerit 123.c
Discus robustis corporibus cõuenit. 212.f
Disci exercitatione loco purgationis, & phlebotomię, si quid impediat, vti possumus ex Gale. authoritate 257.c
Discoboli 122
Discus à iaculatione tum in iuuãdo tum in lædendo parum differt ibidem
Discus ab haltere differt 258.d
Dolẽtibus varius sermo subuenit. 283 b c
Dolichus cursus quis sit 116.e
Domitianus Imper. iaculatione excelluit. 131. b
Domitianus Imp. locum pro vocis exercitatione instituit 158.e
Dorsum discus corroborat 257.c
Dorsum debile habentes erecti stare non debent, & qua de causa 269 b
Dracunculi circa crura & brachia multis circa mare rubrum apparuerunt, & quid facerent. 4 f

Dropax quid sit 213.c
Dubitationes duæ circa exercitationes ortæ soluuntur 202 f
Duellum à quo sit inuentũ, & cui pugnæ antiquorum generi respondeat 275.a

E

ELæothesium in palæstra vbi nam esset 11.d 20.f
Elleborum qui sumpserunt gestatione in lectica facta iuuantur.299.a.& in lectis pensilibus 301.a
Elephantiasis Aegypto familiaris quo tẽpore Italis innotuit 4 e
Elephanticos vsu corycei Aretæus curabat. 242.e. & vociferatione. 282. c Celsus deambulatione.261. c. Asclepiades gestatione 296 f
elephãticos natatio maritima iuuat.304d
Entellus apud Verg cestu valuit 111.a
Ephebus Athenis serpentem pusillum, & statim ambulantẽ cũ semine emisit.5 a
Ephæbum in palæstra vbi nam erat, & quantum 20 f.24.e
Epilepsia insolatione moderata secundũ methodicos curatur 271.c
Epilepsia gladiatoris iugulati sanguine epoto secundũ quosdam curatur 275.b
Epilepsia spiritu retento Cęl.Aurel.authore non curatur 280 d
Epilepsia quo pacto vociferatione curetur 282 e
Epilepsiæ vehiculo per longã viã vehi nõ conducit Cęl.Aureli authore. 297 e
Epilepticos gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant ibidem
Epilepti.cursus vehemẽs ex Theo.Prisciani sñia liberat.250.e.& lõga & recta ambulatio ex Cęl.& Cel.authorit. 262.e
Epilept. Aretus curabat manuũ gesticulatione.240.d.lędit deambulatio.261.a.e
Epilepticis Antyllo authore natatio omnis obest 304.e
Episcyrus lusus quis 85
Equitatio an sit exercitatio. 79.a. est mot' mixtus secundum Gale. 170 f 292.d
Equitatio q̃d efficiat & ei' inuẽtor. 167.c semp in honore est habita ibi.& 170.d eius vtilitates & damna 292.e.f
Equitatio succussante equo facta quid efficiat 293.b
Equitatio per asturcones equos facta quid efficiat ibidem
Equitationis per gradarios equos factæ effectus 193.c
Equitantes cur aliquãdo lacrhymas emittant 294.d
Equitatio an sit gestatio ibidem
Erasistrat' missionẽ sanguinis è medicina auferẽda, atq; etiam oẽm exercitationẽ inutilem ad sanitatem iudicauit 191. b
Erasistrati rõnes, quatuor q̃b. exercitationem inutilẽ esse ad sanitatẽ dixit. ibidẽ
Erasistratus per mediã trium aut quatuor dierum multos affectus curabat 193.c
Erasistratus est damnandus, qui multos ægrotos deambulationibus post cibum exercebat 223 a
Erasistrati rõnes soluuntur.ibid & infra.e
Erasistratus malè à Cęlio reprehẽditur, q paralyticos deambulatione ĩ locis harenosis facta exercendos iudicabat. 264.f
Erasmi error 154 f
Erectum stare an sit exercitatio.136 f.vtilitas & nocumenta 169
Erecti stãtes quodãmodo mouẽtur. 137.e
Erectum stare ante cibi sumptionem quomodo iuuat 140 e.169.c
Erectum stare multas habet differentias, & vnde capiantur 169.c
Erectum stare post cibos sumptos quid faciat 139.e.207.e
Erichthonius currulem vectationem inuenit 171.a
Erysimachus medicus ad singultũ curandũ spiritus cohibitione vtebatur.153.e
Esculenta tũ cibi tum remedij causa ęgrotis exhibentur 6.f
Euphorbus Iubę regis medicus, & Antonius Musa fratres vsum aquæ frigidæ post balnea calida monstrarunt. 47 b
Euripidis sententia de athletis 71 b.c
Excrementa diuersis modis è corporibus auferuntur 190 f.& infra
Excrementa in corporibus detenta multas morborum species generant.192.e. 196.d.212.d.214 d.
Excrementa ante exercitationem è corpore expelli debent 223 a
Exercitationes corpus cõseruant sanũ.6.f
Exercitationes quomodo corpori sano vtilitatem, Gale. & Auic. sententia, præstent 7.c
Exercitati cur à frigida lotione aut potione lędantur 223 e
Exercitationis diffinitio sm Gal.77.b. sm Auic. 78. a.sm Auet.& hũc authorẽ. f
Exercitationis diuisio sm Platonẽ 80.d.f
Exercitatio vilissima quæ sit ex Gal. sententia

tentia 185.b
Exercitationis dfiæ vnde sumantur 189.e
Exercitationes opportune factę multorũ errotes corrigete possunt 18.e.& multa bona præstare. 194 d 197 a
Exercitationis opiniones tres apud antiquos fuerunt, & quæ 191.a
Exercitationem omnem Erasistratus ad sanitatem inutilem iudicauit 191.b
Exercitatio concoctionem impedit ex Erasistrati sententia ibidem
Exercitatio natiuum calorem, & humidũ lædit, Erasistrati sententia,& per consequens sanitatem consumit ibidem
Exercitationis necessitas,&vtilitas.192.d.e
Exercitatio corporis habitũcõseruat.192.e
Exercitatio laborē coniũctũ habet.193.b
Exercitatio calorem naturalē auget,vnde fit,vt ipse mediocritatem trãseat. 194.d
Exercitatio superfluos humores cõsumit.ib.
Exercitatio cunctis hominibus indifferētet cõuenit secundum quosdam. 195.b
Exercitationibus homines naturalitet inclinantur ibid.& 196.f
Exercitatio sanitatem præstat ibidem
Exercitatio excrementa expellit è corpore ibidem
Exercitatio cunctis ante cibi sumptionē conuenit 195.c 190.e
Exercitatio quosdam lædit, quosdam iuuat. 196.f
Exercitatio assuetis conuenit, non autem inassuetis secundum quosdam 198.d
Exercitationum tres sunt primæ differentiæ 200.e.136.f
Exercitatio præpatatoria secundum Gale. quæ sit ibidem
Exercitatione præparatoria quãdo,& quomodo vti debemus 200.f
Exercitatio curatiua quæ sit, & quando ea vti debemus ibidem.&237.b
Exercitatio simplex quæ sit, & eius species 201.a.237.b
Exercitatio eorum, qui vitam temperatã degunt,quanta esse debeat ibidem
Exercitatio propriè dicta spēs habet.202.f
Exercitationes possunt morbos in quantitate auferre 207 c
Exercitatio secundum Hippo.per additionem fieri debet 209.e
Exercitatio bonum habitum inducit, & sanitatem conseruat 211 e
Exercitatio nulla debet esse aut violenta, aut immodica 212.e
Exercitat.à qb᷒ vitati dēant. 213,c.& īfra
Exercitatio omnis in loco salubri fieri debet 219.b
Exercentes se sub sole magis incalescunt quiescentes, quàm qui mouentur, & qua de causa ibidem
Excrementa in hyeme cur pauca generentur 221.b
Exercitatio ex medicorum sententia semper ante cibũ à sanis fieri debet. 222.d 226.d.267.c
Exercitatio ante cibum duplicem vtilitatem affert 222.f
Exercitandi tria debent obseruare 223.a
Exercitationis factæ post cibũ nocumenta,quæ sint 221.f.268.d
Exercitatio nõ debet fieri vbi stomachus est valde vacuus,& qua de causa. 223 b
Exercitati statim post exercitationē nullum cibum aut potum debent sumere: & qua de causa 223.c.& infra
Exercitationis terminus duplex est 227.b
Exercitatio duo requirit, membrorum robur,& caloris augmentum 227.c
Exercitationes consuctæ in senectute congruunt 228.d
Exercitatione lassitudo sempet est vitanda 228.e
Exercitationis termin᷒ est famis sēsus. ibi.
Exercitationis excessum laudat Arist. magis, quam defectũ in cibo ecõtra. 230 f
Exercitatio Socratis senis quãta esset. ibi.
Exercitatio virorũ quãta esse debet. ibid.
Exercitatio puerorũ quãta esse debet. ibi.
Exercitatio fortium hominum quãta esse debeat,& debilium ibidem
Exercitatio senũ minor esse debet quàm, cum iuuenes essent ibidem
Exercitatio hyeme facta citra sudorem fieri debet 229.a
Exercitatio vere facta vsque ad sudorem fieri debet ibidem
Exercitatio Autumno facta minor esse debet ea,quæ æstate fit ibidem
Exercitatio inassuetorum quæ, & quanta esse debet 230.e
Exercitatio immodica oĩbus nocet. 230 e
Exercitationis immodicæ signa. ibidem
Exercitationem iuuenes quando debeant incipere 231.c
Exercitationi peragendæ qui modus est adhibendus ibidem
Exercitationem viri quando debeant incipere ibidem

Exercitationem antequam inciperent antiqui quid nam facerent ibidem
Exercitationem statim post cibum nemo debet incipere 232.f
Exercitatio prius remisse ac debiliter incipi debet, deinde paulatim augeri. 233.a
Exercitationis particularis cognitio, siue vniuersali cognitione, nullam affert vtilitatem, & contrà 234.e
Exercitati statim post exercitationem vestes madefactas debent deponere, & in loco tepido & temperato 233.b
Exercitationem antequam quis incipiat, quid nam facere debeat 233 a
Exercitati non statim post exercitationem debent quiescere, nec cibum aut potum sumere 233.b.e
Exercitationis modus & ordo totus quis nam sit ibid.
Exercitatio incontinentium quæ nam esse debeat 229.b
Exercitationis mos apud antiquos diuersus fuit ab eo, qui nunc est in usu. 238.d
Exercitatione præparatoria multi post coitũ meridianũ qua de cã vterent. 237.a
Exercitatio cũ puluere q.d operetur. 238.a
Exercitatio cũ oleo facta q.d efficiat. 236.c
Exercitationes multæ oculorum acumini obsunt. 238.c
Exercitatio magna, vehemens, remissa & aliæ à quantitate sumptæ, quid in nostro corpore agant. 238.e.f
Exercitatio fieri non debet nisi post cibi coctionem 243.b
Exercitationes q̃ nã quibus tẽporibus ex Hipp. snĩa fieri debeant. 246.f.& 247.a
Exercitatio capite inclinato facta quos lædat 290.e
Exilitio saltus species cursui assimilatur. & eius effectus 254.e

F

Fabulatum recitatores vocis exercitationi operam dabant 157.a
Factionũ studiosi homines equorum suæ factionis stercora odorabant, & qua de causa 168.e
Factiones Romanæ quatuor erant, & quæ ibid. Vnde sint ortæ. 169.a
Febre acuta laborãtes ab omni motu sunt remouendi ex Gal. sententia. 206.d
Febres sæpe contingunt, quia consuetæ exercitationes dimittuntur 212. f
Fertorium quid esset 175.a
Flauius Vespasianus dicebat, Imperatorem stantem mori debere 139 e
Fletus nocumenta 288.f
Fluxionem in dentes, gingiuas, columellam, aut in totum caput patientes luctã debent omnino vitare 246 e
Fœtus humanus in vtero matris paucioribus ligamentis detinetur, quam fœtus irrationalis, & qua de causa 254 d
Follis pila quæ nã esset 88 f. vtilitas. 242.f
Fornacatores in gymnasijs q.d agerẽt. 64.d
Fossio est exercitatio & opus 202.f
Fossores qua de causa à victu inordinato, & prauo non lædantur. 229.b
Frigida lauatio in palæstra vbi nam erat. 20.f.39.e
Frigida lauatione cur vterentur post calidam 44
Frigidariũ ĩ palæstra vbi nã erat 20.f.39.c
Frigidum quodcunque statim post exercitationem sumptum, iecur, ventrem & alias partes lædit 233.c
Frigus nimiũ q.d ĩ nr̃a corpora agat. 220.e
Funambuli 148
Fundæ inuẽtores Phærices fuerunt. 129.a
Fuchsij error 87 a

G

GAle anno ætatis suæ 30. luxationem summi humeri in palæstra passus est 26.e
Gal. tpe in palæstra pueri exercebant. 29.æ
Gal. tempore omnes homines quotidie lauabantur 30.e
Gal. paulo post Senecam, & Plutarchum floruit. 44 d
Gal gladiatorum medicus à Pon. suæ ciuitatis fuit electus 142.f
Gal. vt se exerceret, ligna frangebat, & hordeum in pila tundebat 203.b
Gale. obesum corpus veloci cursu curauit 213.a
Gal. patria temperata fuit 216 e
Gal. iudicat radios solis magnas capitibus humanis noxas afferre 266.e
Gallica lues nostris temporibus apparuit, priscis ignota 5 a
Galli venatores helleboro sagittas inficiebant 118.d
Genibus infirmis deambulatio per accliue facta nocet, & quare ex Aristot. sententia 263.c
Genitalia membra flatibus oppressa luctæ sanat 245.a
Germanicus Tyberij Imp. nepos qua causa equitatione vteretur. 170.e.291.

Germa

Germanicus equitationis beneficio à crurum tenuitate fuit liberatus 208.d
Gestationis multæ sunt species 295.b
Gestatio est debilis exercitatio, quibus conueniat, & aduersetur ibidem.c
Gestatione in quibus morbis curandis Asclepiades vteretur 295.e & infra
Gestatio in mari perturbato omnino est fugienda ibidem
Gestatio in mari tranquillo facta quid efficiat ibidem
Gestatio sine additione accepta quomodo ab authoribus capiatur 297.a
Gestatio vehiculo facta quibus conueniat, & quibus non conueniat ibidem
Gestatione in quibus morbis curãdis Gal. vteretur 297.e & infra
Gestatio morbis diuturnis prodest ibid.
Gestatione sella, & lectica facta ægri vti possunt morbo iam inclinante 300.e
Gestationis in alto mari factæ effectus. 302 f
Gymnasia nullus antiquorum scriptorum sufficienter tractauit 7.a
Gymnasia quæ nam fuerint 17.b
Gymnasia quare, & à quibus primùm sint inuenta ibidem e
Gymnasia diebus festiuis magis frequentata erant, & quare 27.a
Gymnasium cur antiqui Tiberi propinquum effecerint 46.f
Gymnastica quid sit, & quotuplex sit 8.e 202 e
Gymnastica ad medicum pertinet 8.f
Gymnastica ad sanitatem multa bona, & commoda affert ibidem
Gymnastica quo à Pedotribica differat 7.b
Gymnastica vnde sit dicta 16.d
Gymnastica ars apud græcos solùm in vsu fuit, & quo tempore ad Romanos accessit 16.e f
Gymnastica proprios habuit authores, quorum opera fuit illustrata 59.e
Gymnasiarchus quid nam esset 60 d
Gymnasticæ artis effectus 66.d e
Gymnasticæ bellicæ finis 66.e
Gymnastica vitiosa quæ sit 16. e 66. d a Galeno vituperata 69 a
Gymnastica medica saltationes non respuit 83.b
Gymnasticæ duo sunt genera, & quæ 82.d 170.f
Gymnasticam & medicinã contrarias esse cur dixerit Hipp. 8.f
Gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem, consequenter verò circa sanitatis curationem versatur 235.e
Gymnastes qui nã esset & eius onus. 61. b
Gladiatores apud Romanos qui essent, & eorum absurdi mores 142. e f
Gladiatores diuersi ab athletis 70.f
Gladiatores vsq; ad mortem intrepide pugnabant 143.a
Gladiatores hordearij vocabantur, & quare ibidem
Gladiatores sanguinem ex vulneribus aduersarij bibebãt & quare. ibid. 275. b c
Gladiatores post pugnam cinerem pro medella potabant ibid.
Gladiatorũ detestatio ex D. Cypriano. ibi.
Gladiatorum certamina homines cum voluptate intuebantur ibid.c
Gladiatores cuius ordinis ex hominibus fuerint ibidem e
Gladiatores Lentulus alebat Capuæ. ibid.
Gladiator eximius fuit Dom. Imp. 144.d
Gladiatorum munus exercebant Imperatores ad bellum profecturi ibidem
Glacus carystius pugillator excellentissimus 108.c 144.f
Graciles quiete vti debent 213.b
Gulielmus Choulus de antiquorum exercitationibus scripsit 29 a
Gulielmus Chouius errauit existimans discum esse pilam rotũdam in medio perforatam 126.d 145.b
Gordianus Iunior Imp. Thermas æstiuas fecit 216.f

H

Habitus corporis in exercitationem considerandus 213 a
Hadrianus Imp. lauabat, vbi & plebs. 26.f
Hadrianus Imp. cursũ Nemiacis & Isthmicis certaminibus restituit 115.c
Had. Imp. lege sanciuit, vt milites in mense ambulatum educerentur 135.e
Halteres quale instrumentum fuerit, ex Oribasij sententia 126. e eius vtilitas, & damnum 256 & d. infra
Haltere loco purgationis & phlebotomiæ fieri aliquãdo põt, si qd impediat 256.e
Haltere antiquorũ etsi nos caremus, loco tamen ipsius alijs instrumentis vti possumus, & ijdem effectus sequentur. ibid.
Halteristarum imagines 127
Hæmorrhoidas saltus prouocat 255 b
Harpocræ liberto Claudius Imp. concessit, vt per vrbẽ lectica veheretur 174.f

Heliogabalus Imp. quibus piscinis lauabatur 39.c
Heliogabalus Imp. balnea viris ac mulieribus promiscua exstruxit 50.d
Heliogabalus Imp. lectos argenteos habuit 58 d
Heliogabalus Impera. curtibus animalia monstruosa, & aliquando fœminas nudas iunxit 171 b
Heliogabalus Imper. Naumachias in euripis vino plenis exhibuit 180.c
Hepatica affectio quædam in Melonijs apparuit, quæ mitos effectus pariebat, ea laborantibus 5.a
Hercules inuexit morem tegendi pudenda in certaminibus 76.e
Hermeum quis locus fuerit 18 f
Hernia laborantes recti stare vitent 169.b
Hernia quomodo generetur ibidem
Herodicus Selymbrianus post Aescula pium artem medicam multum auxit & illustrauit d 2
Hydropisim lucta, uel palæstra Oribasius curabat. 245 a Cœl. Aure. vocifera ione 281.c
Hydropici continuis exercitationibus ex sententia Theodori Prisciani curari possunt 248 d itemq. cursu. 250. e. & vociferatione Cœl.autho. 281.e
Hydropicis vociferatio prodest 281.c
Hydropicos gestatione Aetius curabat. 298.e
Hydropici Tral sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299 a
Hydropicis maritima natatio prodest 104 d
Hyeme minus, æstate plus exerceri debere quidam iudicauerunt, & qua de causa. 21. bc
Hippoc duas medicinę partes curatiuam, & præseruatiuã ad summũ perfecit 5.a
Hippoc. tempore balnea publica aut priuata rara erant ædificata 38.e
Hipp. præceptum de sanitate tuenda 74.e
Hipp. voluit oĩa fieri ἐκ προσαγωγῆς 154 d
Hippoc. sententia de homine comedente, & non laborante 192.f
Hipp patria temperata fuit 216.e
Hippo. iudicat, solis radios capitibus humanis magnas noxas afferre 266 e
Hippo. Herodici Selymbriani discipulus artem medicam illustrauit 2.d 4.d
Hippolytus venatione vtebatur, vt virginitatem conseruaret 307.b
Hypocaustũ & laconicũ nõ idẽ fuerũt 42 f
Hypocaustum balneo seruiebat 43 b
Histriones vocis exercitationi operam dabant 157 a
Histriones infibulabantur, & quare 157 c
Homeri tempore Gymnastica ars principium quoddam habuit 13 c
Homines nasci propensos ad musicam & Gymnasticã quõo cognoscitur 13.c. 80 d
Hoĩes cuiuscunq; ętatis illas exercitationes vitare debẽt, à qbus læduntur 211.b
Homines cur aliqui sedendo macrescunt aliqui pinguescunt 214 e f
Homines excrementosi & calida temperie præditi sedendo pinguescunt ibid.
Homines excrementosi & frigida temperie præditi sedendo macrescunt ibid.
Homines, qui ante cibos, & ordinate se exercẽt, nõ indigẽt ita exquisita victus ratione, vt illi, qui non se exercẽt 235.a
Homines ignari, dũ legere incipiunt, cur somno capiantur 286 d
Homines excellentes, dum legunt, somno non capiuntur, & qua de causa ibidem
Homo comedens, & non laborans sanus viuere non potest 192.f. 214 d
Hora, qua sani homines cibum sumere debent, quæ nam sit 225 c
Horæ diei Romę quomodo, authore Martiali, dispensarentur, & quomodo authore Horatio. 224 f & infra
Horarum cõsideratio ab antiquis, Gal. authore quomodo fieret 226 e
Hordeum militibus, qui parum profecissent, pro frumento dabatur 11.c
Humidum naturale à superfluitatibus turbatur, & inficitur 194 d
Humores crudos in stomacho aggregatos saltatio dissipat 240.d

I

IAcobus ob neruum latum inter luctandum læsum, in posterum ab esu neruorum abstinuit 145
Iaculationis species duas fecit Plato 129 c
Iaculationis instrumentorũ inuẽtor 131.b
Iaculorum inuentor quis fuerit. ibid.
Ianitores in gymnasijs quid agerent 64 d
Ianus Cornariꝰ Platonẽ latinũ fecit 217.b
Icterici oẽs sapores amaros iudicant 262 f
Iecorosos natatio maritima iuuat 304 e
Imitationis species secundum Arist. 96 e
Impuberes singulari certamine certabant. 144 c
In autumno hora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa 224 e

In

In balneis ædificandis quanta fuerit priuatorum hominum diligentia 38.f
In cubone multi Romę aliquando periere. 196.e
In gymnasia varia hominum genera conueniebant 19.b.25.a
In hyeme hora vespertina cibus sumi debet, & qua de causa 224.e
In morbis ĩtermittẽtibus motiones aliqñ sunt vtiles ex Hip. & Arist. sñia. 206.e
Insanientibus in morbi declinatione musicus cantus subuenit 283.c
Insolatione antiqui multis modis vtebantur 271.b
Intemperantia multa morborum genera hominibus attulit 1 b.4 d
Intemperies est duplex 204.f
In vere hora meridiana cibus sumi debet, & qua de causa . 224.e
Ioannes quomodo recumberet supra pectus Domini 54 e
Ioannes Baptista Rhamnusius 54.c
Ioannes Vincentius Pinellus laud. 19.c
Ira corpus sanum conseruat 7 a
Ischiadicos cursus liberat 250.f
Isthmici ludi in isthmo agebantur. 15.b
Indęi cur à neruorũ esu abstinerẽt 245.b
Iulianus qdã sanguinẽ euomens quõ oraculo monstrante fuerit sanus factus 3.b
Iuliani Imperat. priuilegium medicis concessum 5.c.& infra
Iuuenes oĩbus ferè motib' sunt apti. 212.f
Iuuenes, si plus consueto laborent, conuulsionibus fortibus magis quàm senes tentantur 212.f

L

Labor nimius pallores inducit, & qua de causa 74.f
Labor ex Erasistrati sententia est naturæ nostræ inimicus, & iucunditatem à sanis aufert 191.c
Laboribus inassuetos aliquando exercere debemus, & qua de causa. 199.a.230 d
Labores moderati quibus nam corporibus conueniant 215.b
Labores vehementes quibus nam corporibus conueniant ibidem
Lacedęmonij venatione se exercebãt. 187.c
Lacedæmonas damnat Aristot. quòd pueros nimijs laboribus affligebant. 228.f
Lacedæmonum lex erat, ne in balnea pix inferretur 64 d
Laconicum & tepidarium non sunt idem apud Vitruuium. 41.b
Laconicum & hypocaustum non idem fuerunt 42.f
Lambinus fallitur 54.d
Languidis vociferatio succurrit 281 c
Lassitudo qua ratione articulorum morbo laborantibus obsit 262 d
Lecti apud antiquos varii erant 58.b
Lectus fulcra mobilia habens quid sit. 176 e 301. b
Lectis pensilibus pro ægrotum exercitiis antiqui medici vtebantur. 176. d. quid essent, & quomodo fierent 300.f
Lectis pensilibus, Celso authore, quando vti debemus ibidem
Lectis pensilibus gestatio facta tam ante cibum, quàm à cibo prodest ibidem
Lectica quare est inuenta. 173 b 175 a. & quot numero serui eã portarent. 173.c. & infra. eius vsus. 198 f & 299.b
Lectica per vrbem gestari libertis erat vetitum 174 f
Lectica nostra cui antiquorum sellæ correspondeat 175 a
Lectica in languentibus antiqui medici vtebantur 175 b 299 b
Lectica à sella differebat 175.c. & 299.b
Lectica multi vs' apud antiquos fuit. 298.e
Lectica, ĩ ea sedẽtes, q nã vti possint. 299.b
Lectuli pensilis agitatio quandiu fieri debeat 177.b
Lectionis species, & earum ad sanitatem vsus 285.a
Lectio quomodo fieri debeat 285.c
Lectione remissa post ciborum sumptionem vti possumus ibid. & infra
Lenti labores quibusdam corporibus conueniant 215.b
Lethargica febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a
Leucophlegmatia corpus totum deturpat 207 b
Liberati à morbo, quid sibi auxilio fuerit, tabellulis notabant, ac templo Apollinis dicabant 2.d
Libarii in Gymnasiis liba vendebant 64 e
Libertis erat interdictum quominus per vrbem lect ca veherentur 174.f
Liber de insomniis est Hippocrati adscriptus, & qua rõne hoc cognoscat. 263.e
Lycæum Aristotelis 18.e
Lycurgus decreto vetuit, ne quis manibus in altum sublatis exercitaretur 149.c
Lycurg' iussit virginũ corpora luctationibus, cursib', & hmõi aliis exerceri 146.a

Lienosos, natatio maritima iuuat 304.e
Loca ad Septentrionẽ & Orientẽ spectãtia sunt salubriora ijs, q̃ ad Meridiẽ & Occasum spectant, & qua de cã ibi. & 216.e
Loca prope paludes, & stagna, & huismodi alia sunt mala 218.f
Loca prope mare ad Meridiem, vel Occidentem spectantia sunt mala ibidem
Loci ad exercendum apti sunt tres conditiones, & quæ ibidem & 216.f
Locorum vis quantum possit 215.c
Locus, vbi vocis exercitatio fiebat, qualis esset 158.e
Locus, in quo exerceri debẽt hoĩes, hyeme calidus, æstate frigidus esse debet 219 b
Locus consularis in Triclinio quis 54.c
Locutio est debilis exercitatio, quibus conueniat, ei⁹ vtilitas, & nocumẽta 286.e.f
Lõga ãbulatio humiditates exiccat 262 e
Longus funis quid sit Cœlio Aureliano 165.a 178. f
Lotiones corpus sanum conseruant 7 a
Lucius q̃dã lateris dolore laborans, q̃uo oraculo mouẽte fuerit illo liberatus 3.a
Ludi oẽs antiquorũ cur sint instituti 10.f
Ludorum exercitatoribus quis honor daretur 11 b
Ludũ cur inter athleticas exercitationes enumerauerit huius operis author 88.d
Ludi Baccho dicati ἀσκώλια dicti 121.a
Ludi matutini qui essent, & qui magni 64. e. & 65.a
Ludorũ victores q̃uo honorateutur 15. b.c
Luctæ præfectus, & eius onus 60.f
Lucta fines tres habuit 105 a quatuor modis fieri potest. 244.e. f
Luctatoriç artis auctores, qui fuerint 105. a 115.c
Luctam Gal. artis gymnasticæ minimam partẽ esse iudicauit. 102.f. eius apud antiquos magnus vsus fuit 244 d
Luctam nostro tempore exercent rustici, quomodo apud antiquos athletæ exercebant 244.c
Lucta vehementer, & corpore erecto facta quid corpori præstet 244.f
Lucta habẽtib. crura debilia nocet 245 c
Lucta qua ratione pectori nocet 245.c
Lucta remisse facta q̃d corpori p̃stet 244.f
Lucta super pauimento facta quam corpori vtilitatem afferat 246.a
Lucta in puluere facta carnis plenitudinẽ remouet 246.d
Lucta ex sententia Gal. est perquã exigua pars Gymnasticæ medicæ 246. f 248.a
Luctator qui sit ex Aristotelis sñia 70.d
Luctatores quid nã agerent, antequam luctarentur 102.e
Luctatores vocabantur veri athletç secundum Galenum 108.f
Luctatorum imago 104 a
Lugẽtibus, varius sermo succurrit 283 b
Lumbis malè affectis lucta nocet 245.c
Lumbos discus corroborat 257.c

M

MAchaon venatione summopere delectabatur 185.c
Magni Põpeij post çtatẽ hoĩes toto corpore ac singulis dieb⁹ lauari cœperũt 50.e
Manuum gesticulatio ad sanitatem cõseruandam conducit 100.f
Manucodiata auis carens pedibus semper in aere permanet, nec in terrã nisi mortua cadit 137.b
Manuum gesticulatio humores attenuat 240.d
Marcus Aure. Asclepiades, & ei⁹ laus. 60.c.f
M. Aurelius Antoni. Imper. balnea virorum, ac mulierum separauit 50.d
Marcus Antoninus Impe. valetudinis studiosissimus quid ante cibi sumptionem ageret & qua hora cibũ sumeret 224.e.f
Marcus Tul. stomacho laborans exercitationibus opportunis conualuit 190.e
Marcia fons haustu erat iucũdissima 50 f
Mare est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Mare insignem salubritatem quare efficiat 179.b 302.d
Maria Magdalena quomodo staret retro pedes Christi cœnantis 54.f
Marina aqua maiora pondera, quàm dulcis sustinet, & qua de causa 184.f
Marius varicibus laborabat, & qua de causa 269.c
Marsilij Ficini error in Platonis translatione 38.d & 217.b
Martialis exercitia dũ ruri moraretũ 203.a
Materia, qua lauabantur, q̃ nam esset 39 a
Mecœnas Messius triennio siluit, & qua de causa 286.f
Medea secũdum Diogenem sapiens fuit, non venefica, & quomodo 8 e
Medicinæ quando opus non erat 1.b
Medicinæ partes, cum sint diuersæ, diuersa etiam nomina sortitæ sunt 5.b
Medicus quomodo corpus humanũ consideret 12.e

Medicus

Medicus est artifex res sensatas tractans 212.d
Medicamenta quosdam iuuant, quosdam lædunt 196.e
Mediastini ĩ balneis q̃d facerẽt 30. e. 63 a
Melancholicos lucta Theodorus Priscianus curabat 245.a
Melancholici, dum legere incipiunt, cur somno capiantur 286 d
Melancholiam Theodotus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant 296 f
Melchior Guilandinus Laud. 19 c
Membra corporis per exercitationẽ robur & firmitatem acquirunt 192 e. 194.d
Mensæ apud antiquos prope balneũ erant sitæ,& qua ratione 56.d
Mensæ & lecti simul apud antiquos parabantur 56.f
Menstrua sanitatem corrumpunt 48.f
Menstrua saltus euocat. 254. f.& deambulatio 260.f 263.a
Mentagra ægritudo Plinij ætate nobis innotuit 4.f
Messores qua de causa à victu inordinato & prauo non læduntur 229.b
Methodi vniuersales ex Gal. sententia nisi particularibus speculationibus iungantur parum iuuant 189.b
Militaris disciplinæ cupidi gymnasia ingrediebantur 26 e
Milo Crotoniata vir robustissimus. 67.a quantum comederet. 73. b. q̃uo robur ostenderet 138.e.150 d.277.e
Mecœnas primus natatoria calidarũ aquarum in vrbe construxit 184 e
Moderati labores quibus oĩm corporibus conueniant 215.b
Morbi quo tempore non vigebant 1.a
Morborum tria sunt genera,& quæ 104.e
Morbus in intemperie,& eius species ibid.
Morbus in mala partium formatione qui sit, & quomodo fiat 204.f
Motus intempestiuus concoctionem corrumpit 193.a
Motus omnis moderatus cunctis corporibus conuenit 212.f
Motus intercisus minorem lassitudinem membris affert,& qua de causa 237 c
Motui in gymnasijs apud antiquos sepeliebantur 18 f
Mulieres post Hip. ætatẽ podagra propter malam victus rationem laborare cœperunt 4.f
Mulieres apud ãtiquos nõ accũbebãt 53 c
Mulieres cum viris quo tempore accumbere cœperunt ibidem
Mulieres modo a viris diuerso accumbebant 54 d
Mulieres frequentissimè saltationi dabant operam 101.b
Mulieres lacenæ quo saltu vterẽtur & 97. e 118 e
Mulieres quęnam vitam magis sanam & minus molestam degunt 215.b
Mulieres quænam faciliter pariunt ibid.
Mulierem prægnantem lędit saltatio 240. e.254 d
Mulieribus prægnantibus pica obsessis vociferatio prodest 281 e
Mulieribus parturientibus vociferatio prodest ex Alexandri sententia 181.c
Musicam Plato Gymnasticæ contrariam esse dicit 150.d

N

NAtationẽ cursui cõparat Arist. 183.b
Natatio semper in honore apud veteres fuit 182 e 303.b
Natationis locus quid sit 183.e.& 184 f eius species 303
Natatio quibusdã ægritudinibus ex Antylli sñĩa,& Gale. conuenit 183.a 184.e
Nataturi quid agere debent, antequã natent 183.b
Natatio ĩter exercitationes numerat̃ 183.a
Natationem cur antiqui addiscerent ibidẽ 185.a. 303.b
Natatio ĩ fluuio facta somnũ ĩducit 303.e
Natationem in aquis sponte nascentibus factam Antyllus improbat 303.e
Natatio perniciosissima quæ sit 304.d
Natatio sub Dio facta quid operet̃ 304.e
Natatio facilius in mari quàm in fluuijs fit Arist. authore ibidem
Natatio calida indurata emollit,& frigefacta calefacit & eius nocumenta 304 f
Natatio frigida calorem naturalẽ validũ efficit,& concoctionem adiuuat ibidem
Natatione frequenti, si quis vtatur, nerui læduntur 305.a
Naturæ calidæ secundum Hip. quiescere debent 196 f
Naturæ hominum adeo diuersæ sunt, vt nemo alteri prorsus sit similis 196.e
Natura corporibus nostris meatus multos dederit 191.e
Naturis calidis quies conuenit 206.f
Nauigatio an sit exercitatio 78.f
Nauigatio quibus morbis authore Auicẽ.

profit 302.f.179.b
Nauigationis modus valetudinarijs conueniens qui fit ex Herodoti sentẽtia 179.e
Nauigationis species sunt multæ, & quæ & 179.c.301.e
Nauigatio per flumen facta minus perturbat, quàm quæ per mare, & quare, quibusdam morbis conueniat 180 d
Nauigatio inter exercitationes ab Antyllo numeratur 179 a
Nauigatio corpus mouet, & perturbat ibi. & quare 180 d
Nauigatione quinam vtantur ibidem
Nauigantes sunt magis colorati ijs, qui in paludibus degunt, & qua de causa 181.e
Nauigatione sanus factus est Anneus Gallio sanguinem expuens 179 b. & 302. e
Naumachiæ cur à Pop. Ro. sint institutæ. 180 e
Nemei ludi apud Cleonas agebantur 15.b
Nephretici Tral. sententia lectica vti possunt, & qua de causa 299.a
Nephriticis nauigatio maritima prodest. 303 a
Nero Imp. gymnasia quando; ingrediebatur, vt athletas certantes videret 26 e
Nero Imp. musicũ certamẽ instituit 158.e
Nero Impe. in lectica cum matre quandoque vehebatur 299.e
Nero lamina pectori imposita sub ea cantica exclamabat 360.d
Nicomachus smyrnæus valde crassus qua via ab Aesculapio sit curatus à nimia illa crassitie 207.e
Nitro, & aphronitro fricabantur 34.e
Numa secundum Plutar. voluit adorationes sedendo fieri 139.b
Numer⁹ exprimit rerũ similitudines. 96.d

O

Oculi lachrymantes læduntur saltatione 240.e
Oculi lippiẽtes, & lachrymosi à quantumuis minimo motu lęduntur, quiete verò recreantur 243.a.b
Oculorum circumuolutiones vertigines pariunt 242.d
Octauius Pantagathus vir doctissimus Vitruuii contextum de palæstra emendauit 19.c & infra
Oleum est ex extrinsecus corpori accidentibus 6.f
Olympici ludi Pisis agebantur 15.b
Onera fetẽtes, si cãtẽt, min⁹ laborãt 283.d
Onuphrius Panuinus Veronensis de ludis diligentissime scripsit 11.b
Ophthalmię lucta nocet 246.e
Ophthalmia graui laborantes Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 298 d
Orchestica tertia saltatoriæ species in plures partes diuiditur 82 f. 240.d
Orthopnoicos vociferatio iuuat 281.c
Orpheus vt Deus ab Alex. Se. colebat⁹ 182 d
Os clausum cõtinere sitim extinguit. 286.f
Oscillæ 163.b
Otiũ corporis habitũ destruit 192.f 197 e
Otium perniciosum est & qua de causa 199 c & infra

P

Palæstra Mercurij filia pudendos locos obtegendi cõsuetudinem inter mulieres, quæ exercebantur, inuenit 76.e
Palæstra quid sit 17.c
Palæstra descriptio secundum Vitruuiũ, ac eius partes 20.e f
Palæstrę nomẽ quid significet. 35.a 102 d 244 f
Palęstra multas sub se habuit species 102.d
Palæstrę nomẽ vnde sit dictũ 102. f & ĩfra
Palęstra stomachũ frigidis morbis oppressum liberat. Cęl Aureliano authore 245 a. 248.e
Paleã hordeaceã quidã vrinæ difficultate laborans per multũ tempus minxit 4.f
Pali exercitatio 145
Panathenaicum quis locus fuerit 18.f
Pancratiastes quis sit ex Aristo. sñia 70. d
Pãcratiũ duplex erat 105 c 109.a b 244 f
Pancratiastes vocabantur veri athletæ secundum Gal. 108 f
Pancratio Gal plurimos sanitati restituit 110.d 248 d
Pancratij volutatorij imago 106
Paralyticis natatio in aquis spõte nascentibus facta Cœl. Aurel. authore prodest, & etiam in marinis aquis 303.c
Partibus infernis ab alimẽto nutrimentũ non capientibus deambulatio facta calcibus incumbendo prodest 263. a
Paruæ pilæ lusores quõ se haberent 85.c
Paullus Manutius vir doctissimus, & eloquentissimus 178.d
Paullus Rhãnusius vir opt. & doctiss. 54 b
Paullo Rhamnusio multũ debent studiosi ob accumbendi formam monstratam in marmore antiquissimo 54 e
Pauli Aeginetæ sententia de coitu opponitur Gal. & Aetio 237 a
Pectoris dolore diuturno laborantibus vociferatio

ciferatio subuenit 281.e
Pectoris affectionibus curandis gestatione Aetius vtebatur 298 e
Pedes debiles & male tutos saltatio hrmat 240.e
Pædotriba secundũ Platonẽ quis esset 62.d
Peristylia in palæstris quonam pacto fie bant 20.e
Peristylij interioris ambitus cui vsui inseruiret 116.f
Peritonæum debile habentes spiritu reten to læduntur 280.d
Persæ victus rationem, & exercitationem diligenter profitebantur 195 a
Persis labores corporis Cyrus instituitan te cibi sumptionem, & quare 8 d
Petauristę vnde dicantur 163.b
Petaurum quam haberet figuram 161.f
Petronas ægra corpora exerceri iudicabat 205 b
Petrus Victorius nræ ętatis ornamẽtũ. 124
Potulenta tũ cibi tum remedij causa ęgto tis exhibentur 6.f
Phenında quid & vnde dicatur 84.f
Phœbus disco Hyacinthũ interfecit 126.e
Philagrius medicus profluuium seminis exercitatione partium superiorum cura bat. 247.e cursu Antyllus 290 f
Philander in suis in Vitruuiũ cõmentarijs ostẽdit antiquos in stratis cœnasse 53 a
Philoctetes dolorem, sagittarum iaculatione lenibat 258 f
Philosophi in palæstras ad disputandum conueniebant 20. e 28 e
Phonascia ars, & phonasci magistri 158 d
Physic° quo corpus humanũ cõsideret 12.e
Phryges inuenerũt curr° q̃tuor iotarũ 171.a
Phrynicus ob saltationis excellentiam ab Atheniensibus Imp. est electus 100.e
Phrynon dux Atheniensium pancratiastes fuit excellentissimus 110 d
Phrenetici lectis pensilibus iuuãtur, & qua de causa 301.a
Phthisicis vociferatio prodest 281.e
Pilæ paruæ lusus in tres species diuiditur. 84 e 201.e
Pilę magnę lusus duas habuit species 86.d
Pilæ inanis lusus quis apud antiquos fuerit 86 d & vtilitas 241. f.
Pilæ ludo quatuor apud Græcos fuerunt genera, & quæ 84 e 241,b
Pilæ lusus secũdum latinos, & eius species. 88 e 242 e
Pila robustis corporibus conuenit 212.f
Pilæ paruę lusus omnes quid præstarent vtilitatis corporibus 241 b
Pilæ paruæ exercitatio inter veloces motus numeratur à Gal. & Paulo 241 b
Pilæ follis dictæ exercitationis figura 89
Pilæ magnæ lusus vtilitates quæ sint. ibid.
Pila trigonalis quæ nam esset. 91.b vtilitas 243.a
Pilæ trigonalis figura 93
Pila paganica quænam esset 94. d quibus conueniat 243.e
Pilamalleus quid sit 167.a & 290 e eius vtilitas, & nocumenta 290. f
Piliciepus in gymnasijs quis esset, & quid ageret 63 e
Pingues quanto magis exercẽtur, tãto magis sani sunt, & qua de causa 213.a
Piscatio nauigijs facta est nauigationis spe cies 181.a
Piscatores marini cur pilos russos habeãt. 181.e
Piscina pub. Romæ vbi nam fuerit 184.e
Pythagoras quidam athletis primus carnem exhibuit 72 f
Pythagoras voluit adorationes sedendo fieri 139.b
Pyrrhichiæ saltationis imago 98
Pittachus Mitylenę° Phrynonẽ Atheniẽsiũ ducẽ & pãcratiastẽ excell. vicit, ob quam rẽ statua i Prytaneo ei erecta fuit 110 d
Pythici ludi Delphis agebantur 15.b
Pituitosi vociferatione iuuantur 281.e
Platonis sententia de arte gymnastica 12. f
Plato laudat in v. de rep. vt mulieres nudæ cum viris in palæstra exerceantur 27.e
Plato secũdum quosdam athleta fuit 71.e
Plato fuit Hip. sectator 80.e
Plato laudauit vt & pueri & virgines, & mulieres, & homines tam nudo corpore quàm armato exercerentur 116.d
Plato scribens literam motui contrarium non prorsus vera locutus est 138 d
Plato dicit naturas diuinas ex motu, & quiete constare ibidem
Plauti versus de antiquorum puerorũ moribus in palæstra 29 b
Plinius scribit athletas aliquando coitu vti solitos 76.d
Plinius secundus æstiuo tempore post cibum apricabatur 140 e
Plinius secundus ex Vesuuij montis conerematione interijt ibidem
Plinij capitũ librorũ catalog° adulterin° 28
Plinius dixit Asclepiadem iucundũ curandi

di modum caluiſſe 205.e
Plinij iunioris exercitatio quæ fuerit 222.d
Plinius maior dum voce & ſtomacho laboraret, lectione clara liberatus eſt 285.b
Plinius Cæcilius vehiculo geſtabať 290.b
Plinius Romæ Sella vtebatur, vt inter eundum ſtudijs vacaret 299.c
Plinius iunior corporis ſanitatem venationi referebat 187.c.307.c
Podalirius venatione delectabatur 185.a
Podagrici ſaltum debent fugere 255.a
trochum 289.c
Podagricos lenes & remiſſa iuuat deambulatio, & vehemens lædit 261.c
Podagrici Tral. ſentẽtia lectica vti poſſunt & qua de cauſa 299.a
Pohs ſecundum Simonidem eſt ſaltatio loquens 96.f
Pompeij magni exercitia 116.e
Pons naumachiarius quare ſic vocatus ſit. 186.f
Poppea Domitij Nero vxor, quid faceret, vt cutis candorem acquireret 27.a
Porphyrius philoſophus carnis vſum cur prohibuit 193.c
Porticus tres extra palæſtrã quomodo diſponerentur 20.f
Porticus erant partes gymnaſiorum principales, & quomodo ſe haberent 28.e
Porticus Pompeiana ad deambulationem ædificata 134.e
Porticus in viridario Vaticano qualis ſit. 135.a
Potabant veteres cornibus boum 55.b
Prædo quidam in Pamphilia homines pedibus priuabat 131.c
Prandium apud antiquos quid eſſet 52.f
Praſinæ factioni maxima ciuitatis pars fauebat 168.e
Praſini erant vna factio Romana ibid.
Pratinas poeta cur ſi vocat' ſaltator. 101.b
Praxagoras reprehenditur, qui epilepticos deambulationibus plurimis, & vehementibus curare nitebatur 261.e
Præmia certatoribus cur fuerint inſtituta. 14.e 15.a
Priapiſmũ pilæ magnæ luſu Trallianus curabat 242.d, atque item haltere 256.e
Prodicus ægra corpora exerceri iudicabat. 205.b, propter quod ab Hippocrate reprehenditur 245.b
Prodicus valetudinis ſtudioſiſſimus fuit. 210.e
Propnigeũ ĩ palæſtra vbi nã erat 20.f.43.a
Propinatio iuxta veterem ritum, in conuiuio facta ex Rhamnuſiano lapide 55.b
Prouerbium in harenam deſcendere vnde ſit ortum 16.d
Prouerbium illud diſcum (quàm philoſophũ audire malunt) vnde ſit ortum. 28.e
Prouerbiũ Ne q̃ras ĩ ſtadio dolichũ 117.a
Prouerbium tranſire metam 119.b
Prouerbium cõtra eos, qui nec literas, nec natare ſciebant 182.e
Prouerbiũ à mari & terra ſumptum. 302.e
Puer aquam præbens 56.b
Puerorũ geſtatio in vlnis nutricũ eſt quædam ipſorum exercitatio 176.d
Pueri poſt Hippocr. ætatem podagra laborare inceperunt propter ingluuiem 4.e
Pueri frequentiſſime ſaltationi operam dabant 101.b
Pueri muſicam Platonis, & Ariſtot. ſententia debent addiſcere 160.d
Pueri a ploratu ex Ariſtot. ſententia prohiberi nõ debẽt, & qua de cã. 160.f.288.e
Pueri Gal. tempore in aquis pueriles ludos exercebant 183.b
Pueri vſque ad vigeſimum primum ætatis annum labores multos indifferenter ferre poſſunt 228.e
Pueris peritonçum aut ſcrotum ſpiritu retento rumpitur 280.e
Puellæ ſunt ex Platonis ſententia gymnaſtica bellica exercendæ 66.f
Puellæ pulcherrimæ ſingulari certamine certabant 144.e
Pulmone vlcerati, inculpati viuebant in Lybia 179.c
Pugil qui ſit ex Ariſtotelis ſententia 70.d
Pugilatus ante bellum Troianum fuit in vſu 107.b. ſanitati parum cõfert 247.a
Pugilatores quomodo certabant 107.c
Pugilatus in gymnaſtica medica exiguum vſum habet 108.e
Pugiles vocabãť veri athletę ſm Gal. 108.f
Pugiles & athletę aliquando in Deorũ numerum relati 71.a
Pugilum imago 102.b
Pulueribus in multis exercitationibus antiqui vtebantur. & qua de cauſa 236.d
Puluis vim habet emplaſticam ex Galeni ſententia 238.d
Pugilatus nocumenta, quæ ſint 247.c
Pugilatus fuit paruus Luſus in gymnaſtica medica 248.d
Pugnæ nomen plura ſignificat 140.f
Pugna, de qua hic auctor agit, quid eſſet

"quot

&quoteius ſpecies ex Oribaſij ſentẽtia ibidem.& 273.a

Pugna vmbrarilis quomodo fiebat. ibidẽ. 201 c

pugna telorum quomodo fieret ibid.

Pugna ſingularis quomodo fieret ibidem

Pugnas ſingulares exercebant ſacerdotes in Pergamo Gal tempore 141.e

Pugna aduerſus palum quinam vterẽtur. 145.e 273.a

Pugna vmbratilis vbi à Galeno laudetur. 146.e 273.b

Pugna armata a Demea inuenta. 146.e

Pugnas ſingulares etiam Romani exercebant 146.d ibidem

Pugna ſingularis rudibus armis facta à Mantinæis eſt inuenta 145.b

Puluis in vnctione quid præſtaret 33.a & 238.d vnde portantur 34.e

Pyrrhus Ligorius antiquitatis peritiſs.19.c

Pyrrhichiæ ſaltationes quæ fuerint, & à quo inuentæ 97.c

Q

QVadrans erat merces balneatori data 47.e

Quadrata corpora ab exercitatione quomodo iuuantur 213 a

Quadrigæ in pub. ſacris ſæpe certauerũt. 171.c

Quartana laborantes, vociferatio iuuat. 281.c

Quinquertio qui ſit ex Ariſto. ſententia. 70.d. e

Quotidiana febre laborantes in lectica decumbentes vehebantur 299.a

R

RAuẽna Strabonis authoritate aerem ſalubrem habebat 75.a

Razis ſentẽtia de venatione 187.c. 306.e

Renes debiles lædit ſaltatio 240.f

Remediorum omnium natura eſt, vt proſint,& aliquid etiam offendant 251.a

Renibus malè affectis lucta nocet 245.c

Renum lapilli optimè ſaltatione extruduntur 240 e 254 f

Renũ imbecillitate, vel feruore, vel vlcere affecti ſaltũ vitent.255.a.& diſcũ.257.c

Renum inflammatione laborantes erecti ſtare non debent 269.b

Rhamnuſianus lapis,in quo ſculpta eſt forma Triclinij,antiquiſſimus 56

Rhetores in palæſtras ad diſputandũ conueniebant 20.e 28.e

Res rõne finis varia noĩa ſortitę ſunt 203.a

Reſoluti Tral.ſentẽtia lectica vti poſſunt, & qua de cauſa 299.a

Reſpiratio crebrarum oſcitationum eſt remedium 279.a

Reunctores in balneis qui eſſent 30.e 63

Rigores ſaltatio arcet 240.d

Riſus quõ fiat,& quid efficiat 161. a 287.b

Romani poſtremi omnium gymnaſia ad Græcorum imitationem ſtruxerũt 18.f

Romani in balneis multo græcis laſciuiores 38.c

Romani ſuos milites & mari,& terra exercebant 180.f

Romanorum mulieres Varronis teſtimonio in eodem loco cũ viris lauabantur. 48.f. oppoſitionem 53.c

Ros vim habet colliquatiuam, & ideo bibitus gracilitatem inducit 267.a

Rotæ curruum Homeri tempore ſtãno ornabantur 171.a

Ruffus Epheſius Romæ ſub Traiano floruit 245.e

Ruſſati erant vna factio Romana 168.e

S

SAltantes pondera aliqua habebant, & quorſum 118.d

Saltatorię exercitationis ſpecies,& eius diuiſio 82.d

Saltatoria facultas in imitatione ſolo motu facta conſiſtit 96.f

Saltatio ſecundum Simonidem eſt poeſis tacens 96.f & infra

Saltatio vera à muſica ſecundum Plutarchum deprauata eſt 97.a

Saltationis inuentor quis fuerit 97.a

Saltationum diuerſa nomina vnde ſint orta 97.c

Saltationis finis 100.d

Saltationes vbi nam fierent 101.b

Saltationem antiqui in conuiuijs exercebant 101.c

Saltatio quæq; antiquorum ordine, rõne, & proportione indigebat 239.b

Saltatio opportunè facta multas affert vtilitates,eadem inopportunè adminiſtrata multa detrimẽta homini pſtat 239. c

Saltus vtilitas, quæ ſit, Vegetij ſententia. 117.c 253. c & infra.

Saltus ꝓprie dictus duplici modo fit 118.f & eius effectus 254.e 254.e

Saltus multæ ſunt ſpecies 254.e

Saltus in altum factus lædit pectus, & coxas iuuat 255.a

Saltus humores ſuperfluos euacuat,& loco

 purga-

purgationis ac phlebotomię, Gal. autho re, fieri pōt, si qd sit, qd ipsam īpediat ib.
Saltus factus, manibus aliquo pōdere plenis, qd differat à saltu aliter facto 255.b
Salsugo est ex extrinsecus corpori acciden tibus 6.f
Sanguinis mistionem Erasistratus e medicina auferebat 19 t.b
Sanguinis mictū aut fluxū quemlibet patientibus saltus obest. 255. & deambulatio 260.f
Sanguinis reiectio spiritu retento non curatur, & qua de causa 280 d
Sanitas in humorum æqualitate consistit 192.f
Sanitas eisdem remedijs & amissa recuperatur, & præsens conseruatur. Erast. sententia 191.c. huius falsitas 193 e
Sanitati voluptas est coniuncta 183 b
Sanitas cum aliqua molestia permanere potest ibidem
Sanitas in moderato calore naturali & cōmensurato humido conseruatur 191.c 194 d
Sanitas quot modis consideretur 205.a
Sanitas medicamentis opportune adhibitis recuperatur 193.e
Sani homines à medicamentis multum læduntur ibidem
Sanus homo nullis legibus se obligare debet 61.c
Satyriasim lucta, Theodori Prisciani autoritate, sanat 245 a
Scabiosis, qua de causa motus vehemens conuenit 208.f
Scabiosis natatio maritima prodest 304. d
Scapeda quid esset 147.
Sceltyrhis ægritudo Plinij ætate se manifestauit 4.f
Schola medicorum vbi fuerit, & quid ibi fieret 25 e
Scimpodium quid sit 177. e & 301.a
Scythæ oēs ferè semper equitatione vtuntur 167 e
Scythæ inuenerūt currus sex rotarū 177.b
Scribonius Largus Claudij Imp. medicus scripsit neminem vsque ad sua tempora aquæ formidine liberatum 4 e
Scribonius Largus medicus tempore Tib. Cæs. Romæ floruit 141.f
Scrimia vulgo sic dicta quid nam apud antiquos esset 145.b
Secundas saltus educit 254.f
Sella curulis vnde sit orta 175.a
Sella duplex apud antiquos fuit 174 f
Sella portatoria quid esset 175.a
Sella à lectica differebat 175. c. & 299.b
Sella tum cooperta tum non cooperta antiqui vtebantur 299.c
Semen prӕcalidum emittentes, halteres, Gal. authore eurantur 256.e
Seminis fluxū patiētes lędit saltatio 240. f & deambulatio 261.a
Seneca vocat se psychrolutrem 47.c
Semitertianafebre laborātes in lectica decumbentes vehebantur 299 a
Senecæ de gestationis, & ambulationis difficultate quō sit intelligenda 296.d
Seneca aduersus miram anhelādi difficultatem gestatione in vehiculo facta vtebatur 297 b.e
Senes quonam modo secundum Gal. sententiam debeant curari 209.b
Senes vti debent laboribus consuetis 211.b
Senes pauciores & remissiores exercitationes sustinent 212.f
Senibus exercendis quatuor sunt consideranda 210.e
Senectus quid sit ex Arist. sententia. ibidē.
Sensus lucta exacuit 245 a
Septi dolore diuturno laborantes vociferatione liberantur 281.c
Sergius Orata balnea pēsilia īuenit. 177 a
Sertorius, vt rixas conuiuarum auersaretur supinum se locauit, & icirco facilius trucidatus est 54.a
Seuetus Impe. Scimpodio vehebatur, dum Britanniam obiret 178.d
Sicci homines vel parum, vel nihil exerceri debent, & qua de causa 213.b
Siccitas nimia exercitationes phibet 210.f
Silentium sitim, rursim & singultum extinguit 286.f
Silentium sanguinis reiectioni conuenit 286.16 d
Silimachus medicus fuit Hippoc. sectator 296 e
Singultus longa & cōcitata ambulatione comprimitur. 262. e & spiritus cohibitione. 278. f. & vociferatione. 282. f & silentio 286.f
Syracusani bis in die saturabantur 53 a
Sitis à silentio extinguitur 286 f
Socrates Epicuro aduersatur circa coitū. 217.a
Socrates ad sanitatē conseruandā, & robur acquirēdū saltationem exercuit 101.a
Socrates cantu se exercebat 284.e

Solon

Solon vetabat seruis vnctiones siccas 32.f
Situs conuiuiorum in Triclinio iuxta horatium 54.c
Somni corpus sanum conseruant 7.a
Somni profundiores ijs contingunt, qui se exercuerunt, & qua de causa 193.a
Somni profundi concoctionem meliorem efficiunt, & qua de causa ibidem
Sõno capiunt sæpe intẽte speculãtes 139.a
Somnolenti cur sint decolorati 244.d
Soranus in curãdis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Sostratus Gnidius ambulationem pensilẽ primus omnium Gnidi fecit 115.b
Spartanorum mulieres vna cum viris in palæstris se exercebãt 27.b. & in balneis vnà cum viris lauabantur 48.e
Spasmus cynicus cursu remouetur 250.e
Sphæristerium gymnasij pars quid esset, & quid in ipsa ageretur 36.f
Sphæristicus quis nã esset, & eius onus 62.f
Sphæristica est saltationis species, & quid sit & quis eam inuenerit 84.d
Spectatores subsellia sibi ad spectandum ferebant 138.f
Spiratio numerosa vnde fiat 251.c
Spiritus cohibitio quid faciat 153.a. eius species. 153.b. eius vtilitas. 278.d quibus conueniat. 279.a eius nocumenta ibi.b
Spiritus cohibitione inter ceteras exercitationes Athletæ duabus de causis vtebantur 154.a
Splenis ægritudinibus ex Aetij sententia cursus est vtilis 250.d.f
Spleneticos gestatione Theodorus Priscianus, & Aretæus curabant 296.f
Spurij apud antiquos magna infamia notabantur & à nobilium commertio extrudebantur 18.e
Spurina qua victus ratione vteretur, & exercitio 210.f.223.c
Spurinę studiũ ĩ sanitate cõseruãda 223.c
Sputa corpus exinaniunt 6.f
Stadium gymnasij pars 52.d
Stans exercitium 146.f
Stare maiorem corpori laborem affert, quàm ambulare, & quare 137.c
Stare calcibus aut summis digitis innitendo nihil nisi molestiam affert 272.f
Stellas deficientes in insomnijs videntes quomodo ab Hippoc. curentur 253.a
Stephanio fuit inuentor togatę saltationis 83.
Stertora corpus exinaniunt 6.f
Stomachace ęgritudo Plinij ętate nostro orbi nota facta est 4.f
Stomachus in coquendo debilis à saltatione corroboratur 240.d
Stomachum frigidis morbis oppressum curat cursus 250.f
Stomachicos spiritu retento Cæl. Aure curabat 279.e. & vociferatione 281.c Asclepia. gestatione 296.f
Stomachi dolorẽ Theodorus Priscianus, & Aretæus gestatione curabant ibidem
Stomachi affectionibus curandis gestatione Aetius vtebatur 298.e
Stomacho laborantibus vnctiones exercitationes, & vociferationes commendat Galenus 281.c
Stomachicos natatio maritima iuuat 304.e
Strigiles balneorum quid essent, & ex qua materia fierent 30.f
Studia corpus conseruant sanum 7.a
Sudores corpus exinaniunt ibid.
Sudor est motu prouocandus, & qua de causa 221.b
Sudor sine motu proueniẽs deterior eo est, qui à labore prouenit 233.a
Sudor qua de causa manus exercentibus ex Aristo. sententia effluat 247.c
Sudor siccus quis fuerit 30.f
Suetonij locus de remedio harenarũ & arũdinũ, Augusti, qũo sit intelligẽdus 264.f
Suffusi oẽs colores rubeos indicant 262.f
Surditate captos Gal. Tral. & Aetius gestatione curabant 297.c

T

TEmporis duo sunt gña, q ab authorib' medicinæ naturalia nominant' 220.d
Tempus accidentale quodnam à medicis nominetur ibidem
Temporum cõstitutiones in exercitandis corporibus, quæ sint vitandæ 220.e
Tempus nubilum & obscurũ exercitationibus est ineptum ibid.
Tempus serenum & lucidum est exercitationibus aptum 220.f
Tepidarium in balneo quid esset 40.e
Tepidarium & laconicum non sunt idem apud Vitruuium 41.b
Tepidarii cur non meminerit Vitruuius loquens de balneis gymnasiorum 42.d
Tetano affectos Hip. authore aqua frigida affusa liberat 305.a
Themison in curandis diuturnis morbis exercitatione vtebatur 235.b
Themison medicus rephendit', q atrophia labo-

laborãtes longa ambulatione affligebat 262.e
Themison methodicorũ princeps coxẽdicũ dolore laborãtes eqtare iubebat 293.a
Theon Alexan. de athletica scripsit 70.c
Thespius poeta saltator cur sit vocat' 101.b
Thessalus medicus Neronis ætate floruit 159.a
Thessali qua de causa centauri sint vocati 167.c
Tyberius Imper. scimpodio quandoq; vehebatur 177.c
Timonis a uia duobus mensibus, singulis annis in cauernis latitabat 5.a
Tyrrheni sub eodem tegumento cum mulieribus accumbebant 53.c
Tyrrheni ad tibiam pugnis certabãt 107.e
Titus Imp. lauabatur, vbi & plebs 26.f
Titus Imp. qua de causa sit mortuus 47.a
Tonsillas patientibus lucta nocet 246.c
Thoracem haltere lædit. 256. f & discus. 257.e
Thorax humidus ambulatione facta calcibus incumbendo sanatur 263.a
Thorax difficulter spirãs deambulatione p aediue facta iuuat ex Antylli sñia 263.b
Tria erant Romę loca, vbi litterariæ exercitationes fiebant, & quæ 25.b
Triclinium marmoreum vetustissimũ Patauij in ędibus Rhamnusianis 56
Tryphon de athletica scripsit 71.c
Tripudia nr̃a saltationibus antiquorũ correspõdẽt & in quo ab illis differãt 239.b
Trochus græcus quomodo factus esset nobis est ignotus 162. f. & latinus ibi. & quibus conueniat 209.e
Tubi per quos circũfunderetur calor prodiens ex hypocausto 43.a
Tubicinibus spiritu retento peritonæum rumpitur 280.e
Tumores laxos gestatione Aetius curabat 298.e
Tussis sicca, spiritu retẽto, cursu nõ in puluere facto curatur ex Celsi sñia 250.e
Tussis à frigida causa orta spiritus cohibitione curatur 278.f
Tussis à silentio extinguitur 246.f
Tyberius Imperator omnium primus colis dolorem expertus 4.f

V

Valerius aper miles cæcus quo remedio, oraculo prænunciante, fuerit à cæcitate liberatus 3.e
Valeriola recte putat contra Fuchsium, follem & Corycum differre 87.a
Valetudinarij quomodo sint exercendi. 209.b 230.d
Vasarium quid esset 43.b
Varices patientes saltum effugiant 255.a
Varicibus laborantes erecti stare non debent 269.b
Varices quomodo generentur ibid.
Variæ lectiones auctoris recognitæ, & auctæ 280.c
Vehicula tota Plauti tempore ebore erant ornata 171.a
Vehicula tota Plinij tempore auro, & argẽto erant insignita 171.a 297.b
Vehicula varijs rebus cooperiantur 171.b
Vehicula equis, vel mulis, vel bobus, vel viris agebantur 171.b
Vela ad excipiendum puluerem in Triclinijs suspendendi mos 54.f
Venatio non solùm corpus, sed & animam delectat 185.b
Venatio ad bellicam fortitudinem comparandam est vtilis 186.d 186.f
Venationes tres sunt ex Platonis sententia 186.d
Venationis multæ sunt species 188.
Venatio quæ nam fuerit magis apta ibi.
Venatio accipitribus facta quomodo ab antiquis fieret 188.e
Venatio multis instrumẽtis opus habet & in hoc à pila ex Gal. sñia differt 305.c
Venationis equestris vtilitas, quę sit, & quibus obsit 306.f
Venationis pedestris vtilitas, & nocumenta 307.b
Venatio est exercitatio & opus ex Gal sententia ibidem
Venæ aliquando à saltu valido rumpũtur. 255.a. & à disci exercitatione 258.d
Venenum cur toxicum sit dictum 130.d
Venus conseruat corpus sanum 7.a
Veneti erant vna factio Romana 168.e
Ventres frigidos lucta curat 245. a. & cursus 250.f
Vertiginosos manuũ gesticulatione curabat Aretæus 240.d
Vertiginosos lædit saltatio 240.e. & pilæ lusus 242.d
Vertiginosi luctam vitare debent. 246.e & cursum circularem. 252. f. 262. f. & trochum. 209.c
Vertiginosos malè curabat Aretæus pugilatu. 247. c. curabat etiam disci exercitatione 257.c

Vertiginosa passio vnde oriatur 262.f
Vertiginoso, gestatione Gal. Tral. & Aet. curabant 297.e
Veredus erat vehiculi species 298.d
Verus Imp. primus cum duodecim solenni conuiuio accubuit 54.d
Vesicæ lapilli optimè saltatione extruduntur 240.e
Viæ apud veteres græcos quæ sint 217 c
Vigiliæ sanum corpus conseruant 7.a
Vigilia laborâtes lectica vti possunt 299 a
Viperarum morsibus tibiarum moduli prosunt, vt Gellius refert se apud Theophrastum inuenisse 283.e
Virgo fons tactu erat iucundissima 50 f
Virgines secundum Platonem sunt in gymnastica bellica exercendæ 66 f
Viri tantum apud antiquos accumbebât, non mulieres 53 c
Viri apud antiquos quonam modo accûberent 53.e
Viri noîe quid intelligat hic auctor 228 e
Viri sunt ferè omnibus motibus apti 212.f
Visus debilitati, & obscuritati gestatio retrouersa facie facta, Auicen. authore, cõfert 298.d
Vitruuius floruit ætate Cęs. Aug 28 d eius authoritas apud antiquos parua fuit ibi.
Vlceribus quiete curandis stare & sedere aduersantur 138
Vlceribus internis, Cęl. & Cel. authoribus, deambulatio remissa, & molliter facta prodest 261.c
Vnctione qui nam vterentur 30 d
Vnctionis materia quæ fuerit 32.d
Vnctionis finis 33.c
Vnctio post balnea quid præstabat 32.f
Vnctio ab antiquis quomodo fieret, est incertum 34.d
Vnctionibus in multis exercitationibus antiqui vtebâtur, & qua de causa 236 d
Vocator in conuiuio quis 54
Vociferationis pub. certamina, & victoribus præmia fuerunt instituta 157.a b
Vociferatio quonam modo fieret 159.b
Vociferationis finis est multiplex 158.f
Vociferatio quid sit 156. & quid efficiat. 159. b 280.f
Vociferatione quomodo, & quando debemus vti & vitare 283 a
Vocis abscisio quomodo à Cœlio Aureliano curaretur 160.e
Vocis species sunt sex 280 f
Voci ex humiditate raucæ vociferatio succurrit 281.c
Voci vel nimia loquela, vel nimio clamore, vel silentio malè habenti vociferatio subuenit 281.c
Vox quomodo corrumpitur 283 a
Vomentes vociferatione iuuantur 285.c
Voracitas immensa, Seneca & Plut. authoribus, multas nouorum morborum species hominibus genuit 4.d
Vrania quid 85.e
Vrinæ corpus exinaniunt 6.f
Vrinæ ardor ex cursu augetur 252.d
Vtero conuulsio ambulatio calcibus incumbendo facta prodest 263.a

X

XYstarca quis nam esset 60.e
Xysti & xysta quid essent in gymnasio 37.b.c

Z

ZOsimus libertus sanguinê reiectûs nauigatione liberatus est 179.c 302.e
ἁρπαστός quid sit 84. f. 94. f. eius vtilitas. 243.c
ἀλήτης mendicum, & erronem significat. 128 d
ἀκροχειρίζεσθαι quid significet 146 f. eius vtilitas 276.d & 147.a
Acrochitismus quomodo fieret ibid.
ἀκροχειρισμὸς quid sit 149.a
Acrochirismo celtæ vtebantur ibid.b
ἀσκωλιάζειν 121.b
κράβαι vnde dictum sit 55.b
δίαυλος apud græcos quid sit 20 e
ἐκπλεθρίζειν quid significet 149.b. 201. c eius vtilitas 276.e
πιτυλίζειν quid significet. 149 c. 201.c. eius vtilitas 276.f
πάλη quid sit 30 f
γυμνάζεσθαι vox est antiquissima, & denudari significat 1~.b
γίλος vnde dicatur 187.a
κυνόσαργες gymnasium Athenis quid fuerit 18.e
ξυστὸς apud græcos quid sit 21 a
κωρύκαλος quid sit 30 f
Φεννίνδα quid sit 84.f
Δισκοφόροι qui sint 1 4
Βέμβικος instrumenti vertigo epilepsiam inducit 290.d
Διαχοινίου ἀναρριχᾶσθαι 145.f

F I N I S.

REGISTRVM.

✠ A B C D E F G H I K L M N O P Q R S T V X.

Omnes sunt quaterniones præter ✠ & X qui sunt terniones, & D quinternionem.

VENETIIS, APVD IVNTAS.
M D LXXXVII.